

ཐེགས་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

ཁུལ་འཕྲུལ་བྱུང་ཆོག་ལ།

Kamtsang Prayers



ཚུམ་བ་པོ་འདྲ་བར།

ནང་དོན་གནད་བསྟུས།

གངས་འཕྲི་པར་དུ་མ་ཡིས་ཅུ་ཞོས་བསྐྱེད། །
 མི་ཚེའི་མདུན་ལམ་གཞན་གྱི་ཡུལ་དུ་བཅའ། །
 ཡིག་རྟེན་བསྐྱགས་ཀྱང་ལྟ་བ་གསར་པ་རྟེན། །
 རྒྱལ་ཁབས་འགྲིམས་ཀྱང་རང་གི་སྡེ་ལ་ཞེན། །

སྒྲིབ་རྒྱན་རིག་གཞུང་རིག་གསར་སྒྲིག་དུ་སྦྱངས། །
 དེར་རབས་ཤེས་བྱ་རྒྱལ་ཁབས་ཀྱན་ནས་སྤངས། །
 རང་སྡེའི་རིགས་ལ་དགོས་པའི་རིག་གཞུང་འགར། །
 དཔུང་པའི་ནམ་བཤད་སུ་སྤྲི་བདུན་པག་གཉིས། །

གནའ་རབས་མཁས་པའི་གཞུང་འགྲེལ་བསྐྱར་དུ་བབ། །
 དེར་རབས་ཚན་རིག་གཞན་གྱིས་བཤད་སྒྲིབ་འཛོལ། །
 ཡིག་རིགས་གང་འདོད་སྒྲིབ་མའི་སྤྱད་རྩིས་བཀོད། །
 མཁན་སྤྱལ་མཁས་པའི་གསུང་དང་འདི་མི་འདྲ། །

གཞུང་གི་ལས་གཞི་སྒྲིག་གིས་བདག་བབྱང་བྱེད། །
 དཔུང་འབྲས་གང་དགོས་གཞན་གྱི་ལག་ནས་ཉོ། །
 ཞིབ་འཇུག་མེད་ཀྱང་དཔུང་ཚྭ་ཆར་ལྟར་འབབ། །
 སྒྲིབ་གྲུའི་དཔོན་རིགས་ཚྭ་དང་འདི་མི་འདྲ། །

རིག་པའི་གནས་ཀྱན་ཅས་པའི་བཅུད་དུ་སྤངས། །
 དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཤེས་རབ་སྒྲོང་ནས་བཅའ། །
 ཡིག་འབྲུ་རེ་བཞིན་སྤྲད་པའི་ཚ་ལམ་བརྟུད། །
 ཟུངས་ཁག་དོན་མོས་བསྐྱེད་པའི་དཔུང་ཚྭ་ཡིན། །

ཁོ་ལོ་གཞོན་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་རིག་གནས་གསར་བཞེད་སྐབས་དང་འཁོལ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲིབ་ཀྱི་
 དགོ་ཆུན་ཐང་ལྷ་ཆོ་དབང་དང་། རྒྱལ་ཆེ་པན་བདེ། ཡོན་ཏན་ལུན་ཆོགས། ཡོན་ཏན་
 དཔལ་བཟང་། དབུ་མཛེད་བཟོད་པ་སོགས་སྒྲིབ་གཉེས་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་བསྐྱེན་ནས་ལུས་
 རྟགས་དག་གསུམ། རྟན་ངག །སྐར་ཅིས་དང་འབྱུང་ཅིས། གསོ་བ་རིག་པ་སོགས་ལུན་མོང་
 རིག་གནས་དང་། གཞུང་བཀའ་ཤོད་ལྟ་དང་། བྱང་བརྟག་རྒྱུད་གསུམ། ཆོ་ག་ཆོས་སྦྱོར་
 སོགས་ལའང་བག་ཆགས་ཅམ་འཛིག་པའི་སྒྲོབ་གཉེས་བྱས། བཅོས་བསྐྱར་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱི་སྐབས་
 ལུ་སི་ཁོན་ཞིང་ཆེན་པོད་ཡིག་སྒྲོབ་གྲུའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་བོད་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲོབ་
 ཆོན་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་སྦྱོར་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱས། སྤྱི་ལོ་༡༧༥༦ལོར་སྒྲོབ་གྲུ་ནས་ཐོན་རྗེས་ལུ་པེ་
 ཅིང་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་དགོ་ཆུན་གྱི་ལས་ཀ་ཐོབ། སྤྱི་ལོ་༡༧༥༧ལོ་
 ནས་ད་བར་ལོ་ལྷར་ཡོ་རོབ་དང་། ཨ་རི་སོགས་རྒྱལ་ཁྱོད་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཁག་ལ་པན་
 རྒྱུན་རིག་གནས་བཞེ་ལེན་གྱི་བཟོ་སྒྲིང་དང་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲེལ་བ་རྒྱུན་མ་ཆད་པ་ཆགས།
 དེར་བརྟེན་དེར་རབས་རིག་གནས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་འཁོལ་སྒྲིགས་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་སྦྱོར་དང་
 ཞིབ་འཇུག་གི་འགྲོ་ལམ་གསར་པ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་ལུ་མཐུད་དེ་བོད་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་
 རྣམས་འཛིན་སྒྲིང་སྤྱི་ལོ་རིག་གནས་དང་བསྐྱེན་ཞིང་རྒྱུ་རབས་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིགས་དོར་
 བཅུད་ལེན་གྱི་རྒྱལ་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་བཅུ་སྦྱོད་ལ་སོགས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྣམས་དེར་
 རབས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་རིག་གཞུང་གི་འགྲེལ་བཤད་གསར་པ་ཞིག་བྱས་ཡོད། །

འདི་ནི་བོད་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནང་དུ་དེར་རབས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་བ་
 དང་འགྲེལ་བཤད་རྣམས་རང་སོར་བཞག་ཅིང་། རྒྱུ་ལྟ་སྒྲིབ་པའི་གནའ་བོའི་འབྲེལ་རྒྱུན་གི་
 འགྲེལ་བཤད་གང་ཡོད་དེར་རབས་ཆོན་རིག་གི་རྣམ་བཤད་ལྟར་ལེགས་བཅོས་བྱས་ཏེ། ལྷང་
 རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཐའ་དབྱུད་བཏང་སྟེ་བྱིས་ཡོད་སྐབས་བསྐྱེན་བཅོས་སོ་སོ་ལ་ཐུན་
 མིན་གྱི་བྱང་ཆོས་ལྟན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། །

༡ ལུས་རྟགས་འགྲེལ་པའི་བྱང་ཆོས། གཙོ་བོ་སི་རུའི་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་དཀའ་གནད་ཀྱི་
 འགྲེལ་བཤད་ཡིན་པ་གཞིར་བཅས། རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་ལས་ཆོག་སྐབས་ལུ་སི་རུའི་འགྲེལ་
 ཆེན་ལས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མིན་ཞེས་པ་དང་། བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས་མིན་ཞེས་པ་གཉིས་
 དོན་ལ་གཅིག་ཡིན་པའི་དགོངས་འགྲེལ་དང་དཔེར་བཞིན་ལ་ཞིབ་རྒྱུ་བརྟགས་ནས་བྱ་བྱེད་ཐ་
 དད་པ་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཆོག་རང་གི་ངོས་ནས་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་སྟེ། ལས་ཆོག་
 ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ཡིག་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པ་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའམ་བདག་
 གཞན་ཤེད་མཚུངས་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཡིག་གཟུགས་ཐ་དད་མེད་པ་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་
 ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་དང་འགྲེལ་བཤད་གསལ་བོར་བྱས་ཡོད། །བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ངོས་

འདྲིན་ཡང་དེར་རྟེན་བརྟེན་སྒྲིག་རིག་པའི་ནང་གི། བྱེད་ཅིས་པ། 主语 ལས་ཞེས་པ། 谓语 བྱ་
ཞེས་པ། 宾语 དང་དོན་གཅིག་ཡིན་པ་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོར་བྱས་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་རྟགས་
འཇུག་གི་དཀར་ཆེན་མཐའ་དག་སེལ་རྒྱས། ལྷག་པར་རྟེན་སྒྲིག་རིག་གི་བརྟེན་བྱ་མཐའ་དག་
དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་གསལ་བཤད་དང་། ཆོད་མའི་རིགས་ལམ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་མཐའ་དབྱེད་
བཀོད་ཡོད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྟེན་བརྟེན་སྒྲིག་རིག་པའི་བརྟེན་བྱ་མཐའ་དག་རིགས་ལམ་
གྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན། །

༡ ལྷན་རྒྱུ་འགྲེལ་པའི་ཁྱད་ཆོས། ལྷན་རྒྱུ་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་གི་རྩ་ཆོག་ལ་ཆོག་
འགྲེལ་མཐོང་བ་ལྟས་གོ་སྒྲིག་བྱས། ལྷན་རྒྱུ་ལ་སོགས་གོ་དཀར་པའི་རིགས་རྣམས་ལ་
འབྲུག་ཁམས་སྤྱུལ་དང་། འབྲུ་མི་ཕམ་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཅུང་ཟད་
རྒྱས་འགྲེལ་བྱས་ཤིང་དོན་གསལ་བར་བྱས། ཁྱད་ཆོས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་བོད་མཁས་པའི་
དཔེར་བརྟེན་ཆ་ཆོད་ལ་གོ་དཀར་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེད་ལོད་པ་དང་། གཤམ་ཆོག་རྣམས་
ཐང་སྒྲ་ཆོད་བང་མཐུན་ནས་ལྷན་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱིད་རྒྱུ་རྣམས་སྤྱས་གསར་མེད་པར་ཡི་གེར་
བཀོད་ཡོད། །

༢ ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མིག་ཅིས་པ་འདི་ནི།
དེར་རྟེན་འཇུག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མིག་ཅིས་པ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་
རྣམས་བཅུག་ཅིང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྟེན་རིམ་མི་འདྲ་བ་དག་ལེའུ་དགུར་བྱས་ཡོད་པ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྟེན་བྱ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མིག་ཅིས་པ་རྣམས་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱི་ལོ་མིག་
གཞིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཕྱི་ལོ་མིག་ཅིས་པ་དག་དང་། རྒྱུ་ལོ་མིག་ཅིས་པ་། དབྱིན་ལོ་མིག་ཐོག་ཡོད་
པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་། ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱ་ཆ་རྒྱུ་ལོ་མིག་ཅིས་པ་བཅས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དགོས་
པའི་མཐུན་ཆེན་རྣམས་མ་ཆོད་པ་མེད་པར་བྱས་ཏེ་ལོ་དོ་སྤྱོད་ཕྱག་རྟག་རྟག་གི་བོད་ཀྱི་ཤེས་
རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་བསྒྲིགས་ཡོད། །

༣ ལོ་རྒྱུས་བྱིས་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་ཁྱད་ཆོས། པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མིག་གི་ཡན་ལག་རྟེན་སྒྲིག་
པའི་གཙོ་བོ་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ལོ་མིག་སྒྲིག་པ་ལས་དང་
པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་སྤྱོད་པའི་ཆེད་རྟེན་ལོ་རྒྱུས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མིག་ནང་རྟེན་སྒྲིག་གིས་
བསྒྲུབས་ཟིན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་རྣམས་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱོད་པ་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་གི་ཐོག་བཤེར་
པའི་དག་སྒྲིག་ཐོག་རྟེན་སྒྲིག་ཡོད། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དོན་མཐུན་པའི་ཆེད་རྟེན་
ཆོགས་བཅད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩ་བ་ཞིག་གསར་བསྒྲུབ་བྱས་ཡོད། །

༤ བྱིས་པའི་དགའ་སྟོན་རྒྱ་ལྟར་མ། འདི་ནི་གནའ་བོའི་བསྐལ་པ་ཡ་ཐོག་ནས་ཉེ་རྟེན་
བར་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་རིམ་ལྷན་པ་ཞིག་རྒྱ་ལྟར་བྱེད་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པ་མ་

ཟད། རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་གོ་རིམ་ནང་ཏུ་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་ནང་ཏུ་མེད་པར་རྒྱ་ཡིག་ནང་ཏུ་གསལ་བའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་མང་པོ་ཞིག་བྱར་མཆན་བཏབ་ཡོད། །

༦ ཁམས་ཀྱི་ས་གནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཁམས་ཞེས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་དེ་ཆོད་གཞི་གང་ཡིན་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་རྣམས་སུ་འཁོད་པ་རྣམས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟོགས་བསྟེན་གསུང་ཏེ་མིག་སྔར་ཁམས་ཀྱི་རིག་གནས་ས་ཁོངས་གང་ཡིན་ཐེངས་དང་པོར་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། གཞན་ཡང་སྡེ་དགའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། མི་ཉག་ཁྲི་ཤིའི་ལོ་རྒྱུས་གཉིས་ནི་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་དང་གཉིས་སུ་སྔར་ཡོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་གཞིར་བཞག་ །དེའི་ཐོག་ཏུ་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དག་གིས་ཁ་བསྐྱངས། ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱ་བོད་ཤེས་ཡོན་པ་རྣམས་ལ་བཅར་འདྲི་ལུས་ཏེ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་འཁོད་པའི་ཉེ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་རྣམས་ཀྱང་ཁ་སྐོར་བྱས་ཡོད། །

༧ གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱད་ཆོས། འདི་ནི་（国家社科基金-重大项目） རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་གི་གལ་ཆེན་ལས་གཞི་དང་། ཁམས་པའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ལས་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ཕྱིན་གྱི་ལོ་༡༩༠༠ ལས་མས་ཅམ་ནས་འགོ་བརྩམས་པའི་ཞང་ཞུང་གི་གསོ་རིག་བྱང་ཚུལ་དང་། བྱང་བའི་དུས་རབས་རྣམས་གནའ་བོའི་སྤྱི་རིག་གི་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་དང་ཕན་ཚུན་གོ་བསྐྱར་གྱིས་སྐོར་ནས་དབྱེད་པ་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་དུས་རབས་རིམ་བྱང་རྣམས་སུ་ཞང་བོད་གསོ་རིག་དང་། ཞང་ཞུང་བོད་བཅན་པོས་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་ནས་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱང་བར་གསུམ་ཏུ་གསོ་བ་རིག་པ་རི་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་བྱང་ཚུལ་དང་། མཁས་དབང་གང་ཞིག་བྱོན་ཚུལ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙུག་པའི་ལྟ་བར་གཞི་བཟུང་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན། ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ་གཙུག་པོ། གནའ་བོའི་གསོ་རིག་བྱང་ཚུལ་ལ་མི་རིགས་རིག་པ་དང་། གནའ་རྒྱུས་རྟོག་ཞིབ་རིག་པ། ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་བཅས་རིག་ཆོན་ཁག་མང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

༨ འབྲུང་ཅིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། འབྲུང་ཅིས་ནི་གཙོ་བོར་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དངོས་པོའི་ཁམས་ལ་འབྲུང་བའི་རྒྱལ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཐོག་མར་རྟེན་པའི་རིག་གནས་རྟེན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེས་ན་འབྲུང་ཅིས་ཉེར་མཁོ་བྱམ་བཟང་ནང་གི་ཆེད་སྟོན་གྱི་ཐ་སྟོད་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བཤད་དང་། གོ་དཀའ་བའི་རིགས་རྣམས་ལ་རེབ་མིག་གིས་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད། དེའི་ཐོག་ཏུ་བག་སྟོན། གཤིན་ལས། ས་དབྱེད་སོགས་དམངས་སྲོལ་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྟོགས་བསྟེན་གསུང་བྱས་ཡོད། །

༩ སྐར་ཅིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། བོད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་ནི་གནའ་བོའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱུང་

ཁམས་ཀྱི་རྣམ་ཚུལ་ལ་བརྟགས་ནས་སྟོགས་བསྟོན་གྱིས་པའི་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་
 རེད། དེ་བའདིའི་ནང་གནའ་བོའི་ཁང་ཁུང་རྒྱ་པོའི་དག་ཅིས་སྟགས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་
 དབྱད་པའི་གནམ་གཤིས་རིག་པ་དང་། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྐར་ཅིས་ལཱ་བོད་ཡིག་དུ་
 བསྐྱར་བའི་གངས་ཅིས་སྟོན་གཟུང་སྐར་གྱི་ལའི་རྒྱུང་འགྲོས་(公转) དང་། རང་འགྲོས་(自
 传) ཀྱི་ལྷན་སྐྱེལ་གྱི་གངས་ཚད་ནམས་ཨང་གངས་དང་སྐྱར་ནས་བོད་ཀྱི་ལུལ་དུས་དང་བསྐྱར་
 པའི་དུས་ཀྱི་གནམ་གནམ་དབྱད་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་རེད། དེ་བའདིའི་ནང་དུ་གཙོ་
 བོའི་བྱད་ཆོས་དེ། ལྷ་བསྐྱེས་དང་། གཟུང་ལྷ། ཞག་གསུམ་རྣམ་དབྱེ། གྱི་ལའི་རྣམ་བཤད་
 བཅས་དང་རབས་ཅིས་རིག་གི་ཨང་ཅིས་ཀྱི་སྒྱི་འགྲོས་ཆ་ཚང་ཞིག་བཞུགས་ཡོད། གཞན་ཡང་
 དུས་ཕྱིས་རྒྱ་དཀར་ནག་ནས་བསྐྱར་བ་དང་། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཚོང་ས་དང་ཀྱི་བསམ་སྟོ་
 སལ་ཆེར་སྤར་དོར་བྱས་ཤིང་། གནམ་ས་གྱི་ལའི་ཆགས་ཚུལ་དང་ཉི་མུ་གཟུང་འཛིན་སྐོར་
 རྣམས་དང་རབས་གནམ་ས་གྱི་ལའི་རྣམ་བཤད་དང་གཅིག་གྱུར་བྱས་ཡོད། །

༡༠ གསེ་བ་རིག་པའི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། དང་པོ། བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་གཞུང་གི་
 ཉེས་པ་གསུམ་(三因) དང་། འབྱུང་བ་བཞི་(四大元素) རྣམས་དང་རབས་གསེ་རིག་ནང་
 གི་རྣམས་རིགས་དང་སྐྱར་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པའི་དཔེ་དེ་བཞོག་མ་དེ་ཁོ་བོའི་དཔེ་ཆ་འདི་
 ཡིན། སྒྱི་ལོ་༡༩༧༧ལོར་ཁོ་བོ་སྤྱི་ལུ་ལ་བོད་སྐད་སྟོན་བྱིད་བྱེད་སར་འགྲོ་སྐབས། དེའི་གོང་གི་
 ལུ་སྤྱི་ནང་གཉིས་སུ་བཞུགས་པའི་བོད་ཀྱི་སྐད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉེས་པ་གསུམ་དང་། འབྱུང་བ་
 བཞི་ཟེར་བ་དེ་ལུས་ཀྱི་ནང་གི་རང་བཞིན་གྱི་རུས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཅམ་ལས་རྣམས་རིགས་ཡིན་
 པར་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཤིང་མཁན་སུ་ཡང་བྱུང་མི་འདུག །རྒྱ་མཚན་དེས་བོད་སྐད་ལ་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་མཁན་སྤྱི་ལུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་ལ་འདྲི་བཅུད་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བརྟེན།
 ཁོ་བོས་འདི་དག་ནི་དང་རབས་གསེ་རིག་གཞུང་དུ་བཤད་པའི་ལུས་ཀྱི་གྲུབ་ཆའི་ནང་གི་འབྱུང་
 བའི་སྤྱ་རྣམས་(微量元素) ཟེར་བ་འདི་དང་གཅིག་པར་ཡིན་པ་ཤིས་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པ་
 ཞིག་ཡིན།

གཉིས་པ། བོད་སྐད་གཞུང་གི་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་དང་རབས་ལུགས་གཉིས་རྒྱུ་
 འགལ་ཏག་ཏག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་བོས་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་གི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་
 ལུགས་དང་། དང་རབས་ལུགས་གཉིས་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་ཆོགས་གཅིག་མཐུན་དུ་དོས་
 འཛིན་བྱས་ཡོད། བཤད་རྒྱུ་ལས། མངལ་ཁ་བྱེ་ནས་ཞག་ནི་བཅུ་གཉིས་པར། ཞེས་དང་
 རབས་ལུགས་ཀྱི་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་རྒྱུ་འགལ་བྱུང་བ་དེ། བར། པར་ལ་བསྐྱར་
 པས་དང་རབས་ལུགས་དང་ལྷ་ཚུལ་གཅིག་མཐུན་བྱུང་ཡོད། །

གསུམ། ཟུར་མཁར་བ་དང་། དེལ་དམར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྐད་རྣམས་ཀྱི་དོ་བོ་འབྱུང་བ་ས་

ཆུ་མི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཚུན་འདྲ་འབྲུག་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་རྒྱས་པ་(药效)དང་། ཡོན་ཏན་
 (功能)མི་འདྲ་བར་རྒྱུར་པའི་རེའུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་དེར་རྒྱས་ཆེད་
 དཀའ། དེས་ནས་ཁོ་བོས་བཤད་རྒྱུ་འགྲེལ་པ་《མིས་པོའི་ཞལ་ལུང་》དང་། བོན་གྱི་གསོ་
 རིག་ཡིག་ཆང་《འབྲུམ་བཞི》 འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱི་བཤད་རྒྱུ་འགྲེལ་པ་《གཞན་ལ་ཕན་
 པའི་གཏེར་》ནམས་ཕན་ཚུན་གོ་བརྒྱུར་བྱས་ཏེ། བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ནམས་སོ་སོར་
 བཞོད་དེ་འབྲུང་བའི་རྒྱས་པ་རེའུ་མིག་བརྒྱ་དང་ར་བཞི་ཅན་(元素周期表)སོགས་རེའུ་མིག་
 གསར་པ་འགའ་ཞིག་གསར་བཅོ་བྱས་ནས་དཔེ་སྟུན་བྱས་པ་ཡིན། །

༡༡ དབྱིན་ཡིག་རྒྱ་བྲིས་པའི་བོད་སྐད་གྱི་ཁྱད་ཆོས། འདི་ནི་《བོད་སྐད་འབྲུང་རྒྱས་ཞིབ་
 འཇུག》(书名——藏医元素研究)ཅིས་པ་འདི་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ནམས་ལ་བོད་སྐད་རྒྱ་རྩོད་
 བྱེད་བདེ་བའི་ཆེད་རྒྱ་རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་པ་དང་། འབྲུང་བཞི་རྒྱས་པ་བརྒྱད་། མེ་
 རྫོད་། ལས་རྒྱུ་དང་། ཡི་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ལྷན་གྱི་གྲུབ་ཆའི་འབྲུང་བའི་རྒྱས་ནམས་ཕྱི་ལྷགས་ཀྱི་
 རྒྱས་འབྲུར་དང་། སྐྱེ་དངོས་ཀྱི་མིང་ནམས་བེད་སྤྱད་ཅིང་། འཆད་བྱིད་བྱས་པའི་བེན་བྲིས་
 ནམས་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བརྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན། །

༡༢ བོད་རིག་པའི་སྤྱི་བཤད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས། འདི་ནི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་
 211ལས་གཞི་ཞིག་ཡིན། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་བོད་ཀྱི་ལྷན་ཁམས་དང་། མིའི་འགྲོ་བ། རིག་
 ཀནས། ལྷན་སློབ། རི་རྒྱ་སོགས་མདོར་བསྟུས་པའི་སྐོར་ནས་རྩོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་
 ནང་རྒྱ་ཆོད་མའི་སྐོར་འདི་ནི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭའི་སློབ་དཔེ་ཆེད་རྒྱ་ས་པར་ཆོད་མ་
 རིགས་གཏེར་གྱི་རབ་བྱེད་ཐོག་མ་བཞིའི་འགྲེལ་བཤད་དང་རིགས་ལམ་ནམས་ར་སྐོར་མཁན་
 པོ་ཐུབ་ནོར་གྱི་མཐུན་ནས་ཐོབ་པའི་ཞལ་གསུང་ནམས་བེན་བྲིས་བཏབ་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་
 རིགས་ལམ་སྐོར་ནམས་རྗོངས་ལྷན་གྱི་འགོ་དཔོན་བཤེས་ལྷོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་རིགས་ལམ་གྱི་
 ལྷགས་ལྟར། བརྗོད་བྱ་སྐུམ་ཉགས་གཉིས་པོ་ཆ་ཆོད་བ་ཞིག་བཞོད་ཡོད་པ་འདི་ནི་བསྟུས་རའི་
 རིགས་ལམ་ནང་རྒྱ་སྐར་མེད་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཞིག་ཡིན། །

༡༣ ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་འགྲེལ་པའི་ཁྱད་ཆོས། གསར་སྟགས་ནང་གི་རྩོགས་རིམ་གྱི་
 སྐབས་སུ་ཅ་ཐིག་རྒྱུ་གསུམ་གནད་རྒྱ་བརྒྱན་ཏེ་ལྷན་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་ལྷན་དངོས་པོའི་གནས་
 ལྷགས་ཤེས་དཔོན་པ་ནི་མ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། ལྷན་སྤྱོད་འདི་ནི་སྐར་ལྷགས་ལྟར་
 གསར་རྒྱ་མ་བྱས་པར་ཀན་པོ་ནམས་ལ་ལྷན་ཁམས་བདེ་ཐང་གི་ཆེད་རྒྱ་ལག་ལེན་གྱི་མཐུན་
 སྐྱེན་བརྒྱན་ན་རིང་འཆོ་ཆོ་ཡི་བཅུད་ལེན་གྱི་ཡན་ལག་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལྷན་
 དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ཤེས་མཁན་གྱི་མཁས་པ་རེ་བྱུང་ལས་བྱུང་མི་འདུག །ཀམ་པ་རང་
 བྱུང་དོན་རྗེ་དང་། རྒྱར་མཁར་པ་སློ་གྲོས་རྒྱལ་པོ་སོགས་སྐད་སྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པ་རེ་

འགའ་ཕུང་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་གསང་སྐྱུ་གསལ་ཉམས་ལེན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་པ་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པ་སྒྲིམ་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་ཐོད་ཀྱི་བསྐྱེལ་བྱིད་པལ་ཆེར་སྟོང་སྟོམ་ཅམ་ལས། ལྷན་གྱི་ནང་གི་ཆ་དབུ་རྒྱུད་རྩོམ་ཅམ་ཡང་ངོས་འཛིན་ཡང་དག་པར་བྱེད་ཐུབ་མཁན་དགོན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་འགྲེལ་བཤད་འདིའི་ནང་གི་ཆ་དབུ་རྒྱུད་རྩོམ་དང་། ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གྲུབ་པ་ལྷན་གྱི་ལུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷན་གྱི་སྒྲིགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་གནས་ཤིང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱུར་པའི་ཆ་སྒྲིམ་བསྐྱོར་མ་དང་། རྒྱལ་བའི་ཆ་དང་། ཀྱན་འཕྲངས་མ་དང་། དབང་པོའི་ཆ་རྣམས་སོ་སོ་གང་ཡིན་ཅུབ་ལྷགས་གསོ་རིག་དང་རྒྱུར་ནས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། །

༡༥ མཐའ་དབུད་སེང་གའི་ང་རོ་ནི། མི་ལོ་སྒྲིམ་ཅུ་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་རང་གི་འོས་འགན་གྱི་སྒྲོབ་ཚན་ལོ་རྒྱུས་དང་། བར་སྟོན་སྐོར་གྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་དབུད་སྟོམ་རྣམས་ C རིམ་པའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་དང་། སྟོག་ཤིང་གི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ (C 刊有、核心刊物) རྣམས་སུ་བཀོད་ཅིན་པ་ཁག་གཅིག་སྒྲིགས་བསྐྱུས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་ལོ་བཞི་ཅུ་ལྷག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དེ་དག་ལས་མིག་སྒར་སྟེ་ཆོགས་སོག་བེད་སྟོན་ཡོད་རིགས་རྣམས་ལོ་སྟོན་པའི་ཆོག་གིས་བཀལ་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་ཐོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་སྟོ་སྟེད་ཅུང་ཟད་སོབ་པའི་གསོས་སྒྲན་དུ་འགྱུར་བའི་རེ་སྟོན་དང་། ཕྱི་རབས་ཐོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་དབུད་གཞི་དང་། བསྟོ་སྟེད་གི་གར་སྟེགས་ཤིག་དུ་འགྱུར་བའི་རེ་སྟོན་ཡོད། གཞན་ཡང་གཞོན་ཅུའི་སྐབས་སུ་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཀ་ཐོད་རྣམས་ལས། དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་། སྟོང་འཇུག་སྐོར་ལ་ཆོག་འགྲེལ་ཅམ་ཞིག་བྲིས་ན། པལ་ཆེར་དེར་དུས་མཁན་སྒྲུལ་ལ་སྐོར་སྐྱོད་གསལ་ཆེན་འདི་དག་གིས་བྲིས་པའི་གཞུང་འགྲེལ་གྲགས་པ་དེ་དག་ལས་གོ་བདེ་བ་ཞིག་འཁྱི་ཐུབ་ཆོད་འདུག་གྱུར། རང་རྒྱུད་ལ་ཉམས་ལེན་མེད་པའི་ཁ་བཤད་སྟོང་པས་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་དཀའ་བ་སྟམ་ནས་རེ་ཞིག་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ཡིན། ད་ལན་དཀའ་མཛོས་ཐོད་རིགས་རང་སྟོང་ཁུལ་ཁམས་པའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་དབུ་བྱིད་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་པར་སྒྲན་དང་འགྲེམ་སྟེལ་གནང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྟོར་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྟོན་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེས་སྟོན་ཅུབ་མི་རིགས་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྲིས་སོ། །

内 容 提 要

非为大师与大官，
云游四海求学问，
一生钻研诸文献，
获得不少新观点。

儿时隐蔽听旧学，
青年云游长见闻，
融合古今探藏学，
汇成文集十四册。

登上宝座说道法，
抄袭古文弄玄妙，
糊涂论说蒙自他，
此说非同他人说。

陋室书籍堆如山，
积累妙语如觅食，
此无过目费解语，
此论非同他人论。

求取知识之精华，
找出智慧之真谛，
字字经过深思书，
故为心血之结晶。

我小时候，遭遇文化大革命运动，学习文化知识必须得隐蔽。我秘密拜唐拉泽旺、夏切彭德、元登彭措、元登巴桑、嘎玛色巴等著名藏族大学者们为师，系统地学了藏文文法、藏文修辞学、藏族历算、藏医藏药等藏学通用学科理论，以及五部大论、内观三续、功课仪轨等

少量的佛教理论。改革开放以后，我到四川省藏文学校，系统地学习了藏族传统文化十明学科的理论知识。公元1986年，我毕业分配到北京中央民族大学任教，成为一名普通的高校教师。公元1994年至今，我有幸赴欧洲、北美等西方众多的大学，陆续开展学术访问、学术交流和学术研究工作，我的学术视野得以拓宽，我的现代文化和学术观念得以成熟，我因此步入了新的学习与研究之路。此后，我能够把藏族传统文化和世界其它文化对比起来研究，能够对藏族传统文化做取其精华和去其糟粕的研究。我先后撰写《藏文文法》等藏学理论著作，尽最大可能地用现代科学理论来诠释藏族传统学科知识，使其跟上现代文明发展的步伐。

今天，我再次仔细修改完善我的所有文章和著作，其中符合现代科学理论的观点和说法没有作变动，因为时代背景原因出现明显违背现代科学理论的错误观点和错误说法，作了修改与完善。我的所有文章和著作，都经过了文献依据与逻辑理论的再三推敲，应该具有非同一般的特色。

1《藏文文法通论》：在继承《司徒文法》当中文法释难理论的基础上，《藏文音势论》当中的及物动词与不及物动词的分别方面，经过仔细研究《司徒文法》当中的相关理论与列子，得出新结论是：动词本身在现在式与未来式当中有变化，则为及物动词；动词本身在现在式与未来式当中没有变化，则为不及物动词。我把藏文文法当中的动作、作者及能所与现代语法当中的主语、谓语及宾语结合起来诠释，很好地排除了其中的疑惑与困难。

2《藏文文论与诗学明鉴》：对《诗学明镜》进行通俗易懂的阐释之余，语音多义的修辞手法等难点，结合珠康楚的《修辞学明镜注释》与居米旁的《修辞学明镜注释》等的观点，作了仔细深入地阐释。在解读博克巴的《修辞学明镜列子诗句》方面，结合作者的时代历史文化背景作了具有充分说服力的还原释读，其中的隐喻诗句，根据恩师唐拉泽旺的讲解，作了正本清源的解读。

3《藏史纲要》：以世界历史为时空背景，把藏族历史纳入现代世界历史的理论框架内，以全篇九章的大信息量创新性地诠释了藏族历史。为了撰写这部新的历史著作，我查阅了藏传佛教本教与班迪（指

非本教的宗派)等各宗各派的大量文献,研究了汉文史籍和英文史书当中与藏族历史有关的文献资料,研究了大量的考古文物,最终形成了这部叙述藏族六千余年文明发展史的历史著作。

4.《藏史简论·少年史纲》:是《藏史纲要》的通俗浓缩版,主要是为了满足藏史初学者们学习藏族历史知识的需求而编写。减掉大量的文献引用、繁复的理论解释和复杂的逻辑论证之后,以少年儿童容易接受的话语,娓娓道来藏族文明发展历史的大致脉络。

5.《藏史简论·少年史纲》:汉文版:这是第一本描绘藏区从原始社会到近现代发展的通俗史学作品。本书对照汉藏文献,在翻译的过程中增补了许多藏文史书并未记载却可见于汉文史书的一些珍贵的历史资料。

6:《康巴地区史》:从藏汉历史文献中寻找康巴的文化区域,叙述康巴地区的人文史。其中德格地方史与木雅西夏史方面,在研究梳理藏汉史书中相关记载的基础上,查阅和研究众多相关人物的传记作了文献依据的补充。除此之外,访问康巴地区名人和学者,对康巴地区的近代史作了补充。

7《藏医药历史》:这部著作是我承担国家社科基金重大项目与康巴文化研究院科研项目的成果之一。藏医药起源于公元前1800年左右的古代象雄地区(今西藏阿里及周边地区),其与古代希腊医药学有不少相似之处,我把这两者联系起来作了对比研究。针对古代象雄邦国并入吐蕃帝国之后,藏医药学怎样传播到藏区各地,期间整个藏区出现了哪些藏医药大师等问题,我严格按照历史唯物主义观点和方法,仔细梳理和研究现存文献资料和文物后,给出了符合科学规律的解答。

8《藏族民族与元素历算教程》:元素算在藏区具有悠久的起源发展历史,是非常重要的藏族民间文化。针对《元素算相关知识宝瓶》当中疑难术语,我作了通俗易懂的解释,并且配有令人耳目一新的表格。除此之外,我还增加了《婚事元素算》、《丧事元素算》、《风水知识》等相关文献诠释。

9《藏族楚派历算通论》:历算是藏族先辈经过长期观察大自然种种现象,不断总结经验后形成的一套科学理论知识。这部著作里,通过正确解读《象雄古历算》当中的观察自然天文历算理论,以及译成

藏文之《时轮金刚历算》当中的行星公转与自转的速度计算法等，结合藏区特有的季节变化与气候规律推出了符合青藏高原地域的历算解说。其中，舍去了晚期从印度和汉地翻译过来的迷信说法，增加了现代科学解释宇宙起源、星球运行、日食月食等的理论知识。

10《藏医药学人体与疾病研究》：一、经过长期研究后，我首次提出了结合古今中外医药学的藏医三因、四大元素诠释论。公元1994年，我到国外传授藏医藏药理论与实践的时候，国内外还没有把三因和四大元素解释清楚，且误认为它是人体的某种能量或功能，不清楚它是人体的物质元素。针对种种疑惑和提问，我向国内外藏医药研究人员，从微量元素论的角度详细解释了藏医三因、四大元素理论。二、以前，藏医的胚胎形成时间论与现代医学胚胎形成时间论有矛盾。我通过一个字的改写纠正，把藏医的胚胎形成时间论与现代医学胚胎形成时间论做到完全一致的解读。三、藏文文献记载，苏喀巴与迪玛巴就藏药的地、水、风、火属性不同，合成药物服用后产生不同的药效与功能的问题，造有一目了然的图表。可是今天的我们找不到这些图表，我根据《藏医释续注疏先辈导言》、《本教四部医经》、珠巴·白玛噶波所著《释续注疏》等文献的比较研究，重新汇编出版了104格的藏医元素周期图表。

11《藏医元素研究》英文版：本书主要是面向国外学者与学生讲解藏医学中人体构造，物质元素论和藏药药材元素成分论等讲稿的汇编。

12《藏学概论》：本书是中央民族大学的211项目，主要探讨了藏区地理、人文、民俗文化、山水文化等。因明学部分是用于中央民族大学教学教材，其中重点阐释了萨迦大学士《理量宝藏论》前四章的要点，逻辑论证源于恩师然果·图诺堪布的讲课笔记，辩证法源于炉霍格西洛桑丹珠的讲课笔记。把藏文文法理论纳入因明逻辑框架里面，是本书的一大特色。

13《人体与心理》：是一种保健医学的辅读物，修炼密宗深密圆满次第时，知晓气、脉、明点所在身体的内外结构、运动规律等极为重要，以前这些都处于保密当中，为了帮助老年朋友通过身心锻炼达到健康的目的，我作了公开的著书解释。过去，真正知晓人的身体结构与活动规律的学者不多，噶玛巴·让炯多吉和苏喀·洛珠加波二者

是其中的佼佼者，他们无疑属于密宗瑜伽行者。藏区的诸多修行开示法，强调观修空性，清楚知晓人体内左、中、右三脉的也不多。我在本书中，结合现代西医理论阐释了人体的左、中、右三脉，藏医的人体结构论，气在人体各个部位运行的通道，神经网络的布局和功能作用等。

14《思辨狮子吼》：本书收录有本人近30年教学科研成果，主要是藏族历史与藏文文法等的研究论文。系已经发表在各类学术C刊及核心期刊当中的论文。

本人近40年从事藏学与藏族文化研究的成果，为了使藏族青年学子们容易理解，都作了通俗易懂的阐释。希望这部文集能够成为未来藏族青年学子们的重要参考资料，以及经常进行讨论的焦点。本人年轻的时候系统学习过佛教理论著作《入中观论》、《入菩萨行论》等，对这些论著作一个浅显易懂的阐释，可以胜过现在很多的活佛与堪布，但是没有经过亲自修持与具备修炼经验的夸夸其谈，并不能帮助他人，所以没有做徒劳的事情。

我要衷心感谢甘孜州康巴文化研究院，将我毕生从事教育教学与学术研究的成果，集成研究文献出版发行。

土登彭措

书于西南民族大学家中

Abstract

A Tibetan world vagabond who has never obtained
Such status as an enthroned lama or high official,
The core of my life immersed in the swamp of textual archives,
Finding new perspectives from within old texts.

I interpreted and explained Tibetan culture and knowledge
By synthesizing in fourteen distinct volumes
The traditions I learned secretly in my childhood
And the things I saw and heard while traveling the world in my youth.

These books are unlike contemporary scholar productions,
Such as religious preaching with symbolic gestures from high thrones,
Or the copying of ancient scriptures by today's students
Without understanding those difficult points themselves.

They are unlike contemporary scholarly research,
Such as piling up textual archives like mountains in offices,
Compiling diverse papers like various grains,
Which can be viewed with one's eyes, but not seen with the brain

They are instead scholarly works produced with warm blood,
Extracting all the fields of knowledge as its marrow,
Seeking the fundamental reality from the matrix of wisdom,
And each syllable running through brain's neural pathways.

At a young age, I had the opportunity to familiarize with the common fields of Tibetan knowledge such as linguistics, literature, astronomy, and medicine and Buddhist fields of knowledge such as the Five Volumes of Sutra, Tibetan commentaries of Tantra such as the Profound Inner Meaning by the Third Karmapa, as well as ritual practices through studying secretly with my main teacher Thanglha Tsewang, Kyapché Pendé, Yönten Pelzang, the then lead-chanter Zöpa, and so forth during the 1960-70s. During the Reform and Opening era, I have studied Tibetan traditional fields of knowledge systematically at the Sichuan Provincial Tibetan School. In 1986, right after graduation from the school, I was recruited to teach at the Central University for Nationalities (now Minzu Univeristy of China) in Beijing. Since 1994, I have been able to visit many universities in the West, such as Europe and North America, to carry out academic exchanges and research. Therefore, I was able to study and research the ways of modern knowledge systems and their development, through and against which I have compared and analyzed Tibetan knowledge traditions to sustain and improve them. I

thus have attempted to offer new interpretations on Tibetan culture and knowledge according to the contemporary sciences and epistemologies in this collection of writings.

In particular, I have kept the views and interpretations in Tibetan knowledge traditions that are accordant with modern scientific understandings intact while improving the outdated understandings and misconceptions that contradict the scientific views today. The books are further produced with thorough analysis through the means of logics and citations. Each book thus has its own unique characteristics, which I have briefly introduced below:

Book 1, Commentary of Tibetan Grammar

This is mainly a commentary on the difficult points in the Sidu's Grand Commentary of Tibetan Grammar. Particularly, after having carefully analyzed Sidu's point that whether or not "action" (bya) and "agent" (byed) are separable (tha dad pa) is equivalent to whether or not "self" (dbag) and "other" (gzhan) forms of a verb has the same capacity (shed mtshung pa) and the examples he gave in his Grand Commentary, I have concluded and explained clearly that a verb that is "tha dad pa" can be understood as a verb's "self" and "other" forms has the same capacity, that is, if the verb has different present and future forms it is a separable or "tha dad pa" and its "self" and "other" forms have the same capacity. If the verb has the same form of present and future tenses, it is then inseparable or "tha mi dad pa". Additionally, I have identified the categories of bya or action, byed or agent, las or object in Tibetan grammar as verb, subject, and object in modern linguistics respectively, which should have clarified some of confusions and difficulties in Tibetan grammar.

Book 2, Commentary of Mirror of Poetry and Tibetan literature

This book offers a concise and simple interpretation on the root text of Mirror of Poetry or snyan ngag me long ma. Particularly, I use commentaries by Druk Khamtrül and Ju Mipam to elaborate on certain embellishments that are considered more difficult in general. Another unique feature of the book is that it openly documents the historical contexts of all the examples and riddles written by Ju Mipam that I have orally received from my teacher Thanglha Tsewang.

Book 3, The Ruby Lotus Key: A Comprehensive History of Tibet

This book has exemplified a new way of historical writing in the history of Tibet as it presents Tibetan historical texts and narratives in the contemporary frameworks of historiography. It engages a wide range of source materials including Tibetan archives of both Buddhist and Bonpo sources, Chinese archives on Tibet, sources written in English as well as archeological artifacts excavated in Tibet to represent the history of Tibetan civilization spanning 6,000 years.

Book 4, The Celebrations of Children: A History of Tibetan Civilization

As a branch of the History of Tibet, this book is intended for elementary Tibetan students. Therefore, it synthesizes the main arguments from *The Ruby Lotus Key* in simple and colloquial Tibetan. Like other Tibetan literary treatises, the book is also unique in providing root texts written in verse followed by commentaries of the root text in prose.

Book 5, A History of Tibetan Civilization (Chinese Translation)

This book consists of not only the translation of *The Celebrations of Children: History of Tibetan Civilization* but also of interpretations of and annotations on the accounts of Tibetan imperial history that are only available in Chinese language in the *New and Old Books of Tang* and *Zizhi Tongjian* (*Comprehensive Mirror in Aid of Governance*).

Book 6, The Regional History of Kham

This is the first scholarly work that demarcates the cultural region of Kham based on the previous accounts of Kham as a cultural region in Tibetan and Chinese historical sources. In addition to the history of Degé Kingdom and Minyak Tangut Empire that are available in Tibetan and Chinese accounts, biographies of Tibetan scholars from Kham are used to supplement the writing of this regional history of Kham. Furthermore, I have conducted interviews with elite figures and intellectuals of the region to compose the recent history of Kham.

Book 7, History of Tibetan Medicine

This is a result of a major national project funded by the Chinese National Social Sciences Foundation and collaborated with the Institute of Kham Cultural Studies. I have analyzed the history of Tibetan history that began in approximately the year 1800 BCE in Zhangzhung Empire and its development by comparing it with the history of Greek medicine in this book. Using historical materialism approach, I then attempted to present an objective account on the development of Tibetan medicine and the important learned medicinal doctor/scholars lived in Zhangzhung and Tibet before and throughout Tibet once Zhangzhung was incorporated into Tibet during imperial Tibet.

Book 8, The Nectar Stream: An Exposition of Tibetan Elemental Astrology

Tibetan elemental astrology is a folk culture that has roots in ancient Tibetan society. I have interpreted and explicated the terminologies and difficult tabulates in the *Virtuous Vase of the Necessary Elemental Astrology* ('byung rtsis nyer mkhor bum bzang) as well as compiled important aspects of the Tibetan elemental astrology regarding wedding, funeral, and geomancy.

Book 9, The Earthly Radiance: An Exposition of Tibetan Tshur Astronomy

Tibetan astronomy is a science that our ancestors have articulated through long term observations of natural phenomena surrounding them. I have determined the ways to

measure and interpret time and seasons that are unique to the Tibetan plateau based on Tibetan accounts of old astronomies such as the Oral Astronomy of Zhangzhung Elders and the calculations of orbital speeds of stars' rotation in Kalachakra astronomy. Additionally, I have cleared the misconceptions in the later astronomy texts that were translated from India and China and incorporated the contemporary astronomical studies of starts and the universe.

Book 10, The Radiance of Snow Mountains: An Exposition of Tibetan Medicine

There are several special features to this work: First, this is the first book that explains the concepts of three humors (nyes pa gsum) and four elements ('byung ba bzhi) in Tibetan medicine in comparison to chemical elements in the western medicine. Tibetan medicine doctors in and outside of the country had always understood three humors and four elements of Tibetan medicine only as internal abilities of one's body not as chemical elements prior to 1994 when I started to teaching Tibetan medicine in western universities. As a result, foreign researchers of Tibetan medicine have persistently inquired about it. I thus have argued that the three humors and four elements of Tibetan medicine are similar to microelements in the western medicine. Secondly, I have corrected a serious contradiction with regard to the time of embryonic formation in Tibetan medicine and the western medicine by simply changing one syllable in the Tibetan medicine text, namely, changing བར (of མངལ་ཁ་བྱེ་ནས་ཞག་ནི་བརྩ་གཉིས་བར།) into བར། in the Instructional Tantra (bshad rgyud). Thirdly, I have created charts of elemental combinations of medicinal materials and their efficacies. Although Tibetan medicine scholars such as Zurkharpa and Delmarpa have mentioned the existence of charts detailing medicinal abilities and efficacies of different elemental combinations, such charts are hardly available today. I thus have compiled a chart consisting of 154 frames that documents the different views on elemental combinations and their abilities by comparing and contrasting various commentaries of Instructional Tantra such as Oral Instructions of Ancestors (mes po'i zhal lung) and *Drukpa Pékar's Commentary* of Instructional Tantra ('brug pa pad khar gyi bdad rgyud 'grel pa) as well as Bumzhi medical texts of Bon tradition.

Book 11, Elements for the Study of Tibetan Medicine

This is a collection of lectures that I have given to foreign scholars and students on elements of human body and elements of medicinal materials in Tibetan medicine tradition

Book 12, A General Introduction to Tibetan Studies

As a part of "project 211" at the Minzu University of Beijing, this book generally introduces Tibetan geography, the history of human inhabitation in Tibet, Tibetan civilization, customs, and landscape and ecological systems. In particular, the chapter on Tibetan epistemology is based on my own notes on teachings of Sakya Pandita's

Treasury of Epistemology by Khenpo Rakor Thubnor. The path of reasoning in this perspective is alike that of Drango Geshe Lobsang Dondrub. It is also unique in including a complete grammar session in the path of reasoning in the elementary level of Tibetan epistemology.

Book 13, The Illuminating Mirror: On the Relationship Between Body and Mind

In the generation stage of Tantric practice, it is very important to understand the ways of material body when doing bodily practices by pressing key points of channels (rtsa), essence (thigle, and wind (rlung). Unlike previous traditions of restraining the access to these practices, if they are made available to ordinary people, it could benefit their health and quality of life. However, there were only a few scholars who have really mastered the ways of how material body work in Tibetan history. It is undoubtful that masters such as Kamarpa Rangjung Dorjé and Zurkhar Lodrö Gyelpo were truly great masters of medicine and Tantric practices. However, most of the Tibetan meditation teachings are on the nature of emptiness; few can correctly identify the different channels (tsa dbu rkya ro). Therefore, I have explained the three main channels, anatomy of human body in Tibetan medical texts, and various other channels through which five winds travel from four cardinal directions and eight intermediate directions of the body along with modern western medicine.

Book 14, *A Lion's Roar: A Collection of Academic Papers and Public Scholarship*

This book is a collection of academic papers that are the results of my teaching and researching for over 30 years in the academy. Many of them have been published in key academic journals before.

In conclusion, in these books, I have tried to make the scholarly work of my past 40 some years on Tibetan culture and knowledge systems that are valuable for today's society accessible to the public. It is my hope that they will become a source of courage and enlightening for young Tibetans and that they will serve as a platform for intellectual analysis and discussions for the future generations of Tibetan people. Additionally, I may be able to write a commentary on the Buddhist main teachings such as Introduction to the Middle Way and Ways of Bodhisattva based on my studies in youth that is more accessible than many of the commentaries written by contemporary reincarnated lamas and Khenpos. However, due to my lack of actual practices of these teachings, a commentary from mere intellectual understandings will be unlikely useful, I thus put it aside for now. I

sincerely thank the Sichuan Ganzi Prefecture Khampa Culture Research Institute for publishing and disseminating the fruit of my life's research and education.

Written by Thubten Phuntsok at his home at the Southwest University for Nationalities

དཀར་ཆགས

- མཚན་བཟོད། (1)
- ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤེས་པའི་དགོས་པ། (2)
- ས་བཅད་དང་པོ། དེང་དུས་སེམས་ནད་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་སྐབས། (2)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ། (5)
- གཅིག ལུས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པའགྲུབ། (5)
- གཉིས། ལུས་ནད་དང་སེམས་ནད་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ཚུལ། (7)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་དབྱེད་པའི་དགོས་པ། (9)
- ལེའུ་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན་སྒྱུར་བསྟན་པ། (12)
- ས་བཅད་དང་པོ། སྤྱིང་གཞིའི་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ། (12)
- གཅིག འདུལ་ལ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་ལྷན་འཛུལ་བ། (13)
- གཉིས། སེམས་ཉིད་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་ལྷན་འཛུལ་བ། (14)
- གསུམ། ཉིད་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ལ་ལྷན་འཛུལ་བ། (16)
- བཞི། བཤད་པ་དམ་བཅའ་བ། (17)
- ལྷ། ཁམས་བདེ་བ་གསེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་མདོར་ནས་བསྟན་པ། (18)
- དུག འཛིན་དོན་སྡེ་ཆེན་བརྒྱ་གཅིག་མིང་བསྟན་པ། (19)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། ལྷོ་ལ་འཁྱུལ་གྱི་གཞི་མདོར་བསྟན་ནས་བསྟན་པ། (20)
- གཅིག སེམས་ཀྱི་རྩོ་བོ་བཤད་པ། (20)
- གཉིས། སེམས་རྩི་ལྷར་འཁྱུལ་ཚུལ་བཤད་པ། (21)
- གསུམ། རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། (24)
- བཞི། གནས་སྐབས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། (25)
- ལེའུ་གཉིས་པ། མངལ་སྒྲིམ་གྱི་ལུས་གྲུབ་ཚུལ་བཤད་པ། (29)
- ས་བཅད་དང་པོ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ་སྒྲིབ་པའདྲ་བ། (29)
- གཅིག གཞུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ། (30)
- གཉིས། གཞུགས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ། (31)
- ༡ རྒྱན་མོང་མདོ་ལུགས་སུ་བཤད་པ། (31)
- ༢ སྐྱགས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཤད་ཚུལ་ (31)
- གསུམ། འདོད་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ། (33)

ས་བཅད་གཉིས་པ། མི་ཡི་སྐྱེ་བ་ཤུ་བ་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།	(35)
གཅིག །བསྐལ་པ་ཡ་ཤོག་གི་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ།	(35)
གཉིས། མངལ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ།	(35)
༡ །ཁམས་དྲག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་བཤད་པ།	(35)
(1) །ཁམས་དྲག་གི་རྒྱ་དང་རང་བཞིན།	(35)
(2) །ཁམས་དང་ཁམས་རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་ཚུལ།	(37)
༢ །མངལ་དུ་རི་ལྟར་འརྱག་ཚུལ་བཤད་པ།	(38)
༣ །སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་བསྟན་པ།	(40)
(1) །ཤོག་ཆེན་པོའི་རྒྱང་རི་ལྟར་འབྱུང་བ།	(40)
(2) །རྒྱ་བ་བཅུར་རི་ལྟར་འཕེལ་བའི་རིམ་པ།	(40)
(3) །མངལ་དུ་རྩ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་རྩོགས་ཤིང་ཕྱིར་སྐྱེ་བའི་ཚུལ།	(43)
ལེའུ་གསུམ་པ། ལུས་ཀྱི་རྩ་རྒྱས་པར་བསྟན་པའི་འབྲེལ་པ།	(46)
ས་བཅད་དང་པོ། རྩ་དབུ་མ་བཤད་པ།	(46)
གཅིག །རྩ་དབུ་མ་དངོས་བཤད་པ།	(46)
གཉིས། རྩ་དབུ་མ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རྒྱུར་བ།	(49)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩ་རྩོ་རྒྱང་གཉིས་བཤད་པ།	(51)
གཅིག །རྩ་རྩོ་རྒྱང་གཉིས་བཤད་པ།	(51)
གཉིས། རྩ་རྩོ་རྒྱང་གཉིས་གང་ཡིན་ལྟར་གིས་རྒྱབ་པ།	(52)
ས་བཅད་གསུམ་པ། རྩའི་གཙོ་མོ་ནམས་བཤད་པ།	(59)
གཅིག །རྩོ་རྒྱང་གི་ཡན་ལག་རྩ་རྟེན་བཞི་པོ་དངོས་བབྱུང་བ།	(59)
༡ །རྒྱང་མའི་ཡན་ལག་རྩ་བཅུ་བཞིའི་རེའུ་མིག	(59)
༢ །རྩོ་མའི་ཡན་ལག་རྩ་བཅུའི་རེའུ་མིག	(61)
གཉིས། སྐྱས་པའི་རྩ་ལྟ་བཤད་པ།	(62)
ས་བཅད་བཞི་པ། རྩའི་འཁོར་ལོ་བཤད་པ།	(63)
གཅིག །རྩའི་འཁོར་ལོ་བཞི་བཤད་པ།	(63)
༡ །ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་བཤད་པ།	(64)
༢ །སྒྲིང་གའི་རྩ་འཁོར་བཤད་པ།	(68)
༣ །མགིན་པའི་རྩ་འཁོར་བཤད་པ།	(68)
༤ །སྐྱེ་བའི་རྩ་འཁོར་བཤད་པ།	(69)

གཉིས། མའི་འཁོར་ལོ་བྱུག་བཤད་པ།	(72)
1 རྒྱུད་རྩོམ་མེད་པ་ལས་གསུངས་ཚུལ།	(72)
2 རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས་གསུངས་ཚུལ།	(73)
གསུམ། རྩོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བཤད་པ།	(82)
ས་བཅད་ལྔ་པ། རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་ཆ་བཤད་པ།	(83)
ས་བཅད་བྱུག་པ། ཆ་སྟོང་ཤག་བརྟན་ཅུ་ཆ་གཉིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།	(84)
གཅིག །ཁམས་རང་གི་རོ་བོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།	(84)
གཉིས། རྩེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།	(85)
ས་བཅད་བརྟན་པ། ཆ་སྟོང་ཤག་ཁམས་གང་གིས་བསྐྱེད་པ་བཤད་པ།	(86)
གཅིག །ཆ་སྟོང་ཤག་བཤད་པ།	(86)
གཉིས། ཁམས་གང་གིས་བསྐྱེད་པར་བསྟན་པ།	(86)
ལེའུ་བཞི་པ། རྒྱུད་རྒྱ་ཚུལ་བསྟན་པའི་འགྲེལ་པ།	(88)
ས་བཅད་དང་པོ། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རོ་བོ་བཤད་པ།	(88)
གཅིག །ཆ་བའི་རྒྱུད་ལྔའི་རོ་བོ་བཤད་པ།	(88)
གཉིས། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྔའི་རོ་བོ་བཤད་པ།	(89)
གསུམ། བསྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བཤད་པ།	(89)
ས་བཅད་གཉིས་པ། གནས་དང་བྱེད་ལས་བཅས་པ་བཤད་པ།	(90)
གཅིག །ཆ་བའི་རྒྱུད་ལྔའི་གནས་དང་བྱེད་ལས་བཤད་པ།	(90)
1 རྩོག་འཛིན།	(90)
2 རྒྱུར་སེལ།	(92)
3 མེ་མཉམ།	(92)
4 བྱེན་རྒྱ།	(92)
5 བྱེད་བྱེད།	(93)
གཉིས། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྔའི་གནས་དང་བྱེད་ལས།	(93)
ས་བཅད་གསུམ་པ། རྒྱུད་རྒྱ་བའི་ཚུལ་དང་བྱེད་ལས་བཅས་པ་བཤད་པ།	(95)
གཅིག །རྒྱུད་ནང་དུ་རྒྱ་བའི་ཚུལ།	(95)
1 ཆ་འཁོར་ལོ་བཞི་རྒྱ་ཚུལ།	(95)
(1) རྩེད་གའི་འཁོར་ལོ།	(95)
(2) རྩེ་བོའི་འཁོར་ལོ།	(96)

	(3) མགིན་པའི་འཁོར་ལོ།	(98)
	(4) རྟེ་བའི་འཁོར་ལོ།	(99)
༡	ཅ་ལྱིའི་ཁམས་བཤད་པ།	(99)
༢	ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་རྒྱ་བའི་ཚུལ།	(100)
༣	ཅ་པ་མོ་ནམས་རྒྱ་བའི་ཚུལ།	(100)
༤	མཐར་འགག་པའི་རིམ་པ་བསྟན་པ།	(101)
གཉིས།	རྒྱང་ལྷིང་རྒྱ་བའི་ཚུལ།	(102)
༧	རྒྱང་རྒྱ་ཚུལ་ལྷིང་བསྟན་པ།	(102)
	(1) རྒྱང་འཕྱག་པའི་རྟོ།	(102)
	(2) ཉི་ཟའི་རྒྱང་རྒྱ་ཚུལ།	(102)
	(3) རྒྱ་གཅན་གྱི་རྒྱང་རྒྱ་ཚུལ།	(103)
	(4) རྒྱས་རྒྱུར་གྱི་རྒྱང་རྒྱ་བའི་ཐོག་མ་རོས་བབུང་བ།	(103)
༨	རྒྱས་རྒྱུར་རྒྱས་པར་བཤད་པ།	(104)
	(1) རྒྱན་མོང་རྒྱ་བསྟན་པ།	(104)
	(2) འཕོ་བའི་གངས་བསྟན་པ།	(104)
༩	དབུ་མའི་ཆ་བཤད་པ།	(108)
	(1) རྒྱས་རྒྱུར་ལ་རྒྱ་བའི་རྒྱང་།	(108)
	(2) ཡེ་རྒྱང་གི་བྱེད་ལས།	(110)
གསུམ།	རྒྱང་རི་ལྷར་རྒྱ་བ་བཤད་པ།	(110)
༧	རྟེ་བའི་ཕྱགས་མོ་མའི་རྒྱང་།	(110)
༨	རྒྱང་གི་ཁ་དོག་དང་རྒྱས་རྟོགས་།	(112)
༩	རྒྱང་མོ་མོས་ལས་གང་བྱེད་པ།	(112)
༩	རྒྱང་གི་རོལ་རྒྱ་འཕྲོ་བའི་ཆོད།	(113)
བཞི།	རྒྱང་ཕན་ཚུན་དགོངས་པ་མི་འགལ་བར་བསྟན་པ།	(114)
༧	རྟོ་རྟོ་བཞིའི་རྒྱང་ཐོགས་བསྟན་པ།	(114)
༨	རྒྱང་གཞན་དང་མི་འགལ་བར་བསྟན་པ།	(116)
ས་བཅད་བཞི་པ།	འཕྱག་རྟོ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།	(117)
གཅིག།	རྒྱང་འཕྱག་པའི་རྟོ།	(117)
གཉིས།	རྒྱང་བབུང་ཐབས།	(118)

༡	བཀྲ་ཞིང་བཅི་བ་ལ་བསྐབ་པ།	(118)
༢	མི་ཉོག་པ་རྒྱ་ཡན་དུ་འཛིངས་པ།	(118)
༣	དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ལ་བཟུང་བ།	(118)
༤	རྒྱང་བུམ་ཅན་བཟུང་བ།	(119)
གསུམ།	རྒྱང་བཟུང་པའི་ཕན་ཡོན།	(119)
༡	ཉི་ཟླའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད།	(119)
༢	གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལྷ།	(120)
	ས་བཅད་ལྷ་པ། འཁོར་འདས་རྒྱང་གི་རང་བཞིན་དུ་བཤད་པ།	(120)
	ལེའུ་ལྷ་པ། ཐིག་ལེ་གསུམ་བཤད་པའི་འགྲེལ་པ།	(123)
	ས་བཅད་དང་པོ། ཅ་བ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཐིག་ལེ་བཤད་པ།	(123)
	ས་བཅད་གཉིས་པ། འབྲུལ་པ་མ་རིག་པའི་ཐིག་ལེ་བཤད་པ།	(124)
	ས་བཅད་གསུམ་པ། རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་བཤད་པ།	(126)
	གཅིག །བར་དོའི་རྒྱུན་ཉེ་བར་སྒྲོར་བ།	(126)
	གཉིས། དྲངས་མ་གཉིས་ལྷན་བསྟན་པ།	(126)
	གསུམ། སྟིགས་མ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།	(128)
༡	ཟས་སྒོམ་ལས་དྲངས་མ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ།	(128)
༢	དྲངས་མ་ལོགས་ནང་གི་སྟེ་བ་བདུན་པའི་འབྱུང་ཚུལ།	(129)
༣	སྟིགས་མའི་སྟིགས་མ་ཇི་ལྟར་འདོར་ཚུལ།	(129)
	བཞི། ཁམས་སོ་དྲུག་རྒྱས་པར་བཤད་པ།	(131)
༡	དྲངས་མ་བརྩམས་པའི་སྟེ་བ་ལྟར་བཤད་པ།	(131)
༢	སྟིགས་མ་ཉེར་བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་པ།	(133)
	(1) གནས་དང་ཉེ་བའི་གནས།	(134)
	(2) ཞིང་དང་ཉེ་བའི་ཞིང།	(136)
	(3) ཆེན་དང་ཉེ་བའི་ཆེན།	(137)
	(4) འདུ་བ་དང་ཉེ་བའི་འདུ་བ།	(138)
	(5) ཅུར་ཁྲོད་དང་ཉེ་བའི་ཅུར་ཁྲོད།	(139)
	ལྷ། དཀར་ཆའི་འཕོ་བའི་རིམ་པ་བཤད་པ།	(140)
༡	ཁམས་བདུན་བརྩམས་པའི་སྟེ་བ་ལྟར་བཤད་པ།	(140)
༢	ཐིག་ལེའི་དྲངས་མའི་འཕོ་ཚུལ་བཤད་པ།	(141)

ས་བཅད་བཞི་པ། གཉིན་པོའི་ཐིག་ལེ་འཆིངས་བའི་རིམ་པ།	(142)
གཅིག །གང་གིས་འཆིང་བ།	(142)
གཉིས། འཆིང་བའི་རིམ་པ།	(142)
གསུམ། འཆིང་བའི་འབྲས་བུ།	(143)
ས་བཅད་ལྔ་པ། ཐིག་ལེའི་སྒྲོན་བསལ་བ་བསྟན་པ།	(144)
གཅིག །སྒྲོན་གྱི་གཞི་རིམ་བཟུང་བ།	(144)
གཉིས། དེས་སྒྲོན་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན།	(145)
གསུམ། སྒྲོན་དེ་བསལ་བའི་ཐབས་བཤད་པ།	(145)
ས་བཅད་དྲུག་པ། སྤྱིའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་པ།	(146)
ལེའུ་དྲུག་པ། གནས་སྐབས་བཞིའི་ཤེས་པ་བཤད་པ།	(148)
ས་བཅད་དང་པོ། གཉིད་འཇུག་པོའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།	(148)
གཅིག །མ་དག་པའི་ངོ་བོ།	(148)
གཉིས། སྤྱི་མ་རིམ་ལྔ་སྤྱོད་ཚུལ།	(149)
ས་བཅད་གཉིས་པ། ཆི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།	(151)
གཅིག །དག་པ་དག་མ་དག་པའི་ངོ་བོ་བཤད་པ།	(151)
གཉིས། ཆི་ལམ་གྱི་སྤྱང་བ་བཤད་པ།	(152)
1 གནས་གྱི་ཁྱེན་གྱིས་ཆི་ལམ་འཆར་ཚུལ།	(152)
2 ཁམས་གྱི་ཁྱེན་གྱིས་ཆི་ལམ་འཆར་ཚུལ།	(153)
གསུམ། གནད་འཆིང་ཚུལ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།	(154)
1 ཆི་ལམ་ལ་གནད་དུ་བསྟུན་པའི་དགོས་པ།	(154)
2 གནད་དུ་འཆིང་ཐབས་དངོས།	(154)
3 དག་པའི་ཆི་ལམ་ཡོད་པར་བསྟན་པ།	(155)
4 སངས་རྒྱས་ལ་ཆི་ལམ་མེད་པར་བསྟན་པ།	(155)
ས་བཅད་གསུམ་པ། ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།	(155)
གཅིག །དག་དང་མ་དག་གི་ངོ་བོ།	(155)
གཉིས། འཁོར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ།	(157)
གསུམ། ཟུང་འདས་གྱི་གོ་རིམ།	(158)
བཞི། གནད་འཆིང་བའི་ཐབས་དངོས།	(160)
ས་བཅད་བཞི་པ། ཐ་མལ་གྱི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།	(161)

- གཅིག །ཐ་མལ་ཤེས་པའི་རོ་པོ། (161)
- གཉིས། ཤེས་པའི་དག་ཆ། (162)
- གསུམ། སྤང་གཉིན་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ། (162)
- ལེའུ་བདུན་པ། བླ་གི་ལུས་ཉིད་ཕྱི་སྡོད་ལ་སྦྱར་ཚུལ། (164)
- ས་བཅད་དང་པོ། མིའི་ལུས་དང་མིན་ཅེ་ནས་མནར་མེད་བར་སྦྱར་ཚུལ། (165)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། མིའི་ལུས་དང་འབྲུང་བའི་དགྲིལ་འཁོར་སྦྱར་ཚུལ། (166)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། མིའི་ལུས་དང་རི་བདུན་སྦྱར་ཚུལ། (166)
- ས་བཅད་བཞི་པ། མིའི་ལུས་དང་སྒྲིང་དུག་སྦྱར་ཚུལ། (167)
- ས་བཅད་ལྔ་པ། མིའི་ལུས་དང་འབྲུང་བ་ལྔ་སྦྱར་ཚུལ། (167)
- ས་བཅད་དྲུག་པ། མིའི་ལུས་དང་མཚོ་དུག་སྦྱར་ཚུལ། (167)
- ས་བཅད་བདུན་པ། མིའི་ལུས་དང་གཟའ་དགུ་སྦྱར་ཚུལ། (168)
- ས་བཅད་བརྒྱད་པ། མིའི་ལུས་དང་མེ་གསུམ་སྦྱར་ཚུལ། (168)
- ས་བཅད་དགུ་པ། ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་སྦྱར་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་པ། (169)
- ལེའུ་བརྒྱད་པ། ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ལྷ་འབྲུང་ཚུལ་བཤད་པ། (171)
- ས་བཅད་དང་པོ། ལྷའི་གངས་ཀྱི་ངེས་པ། (171)
- གཅིག །རྣམ་རྟོག་རིམ་པར་ངེས་པ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ། (171)
- གཉིས། རྣམ་རྟོག་འཚོལ་བར་སྦྱོང་བ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ། (173)
- གསུམ། ལུན་མོང་བའི་དོན་བསྟུ་བ། (174)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། དགྲིལ་འཁོར་ཀྱི་ངེས་པ། (174)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན། (174)
- གཅིག །ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་གངས་སྒྲིར་བསྟན་པ། (174)
- གཉིས། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཁྱད་པ། (175)
- གསུམ། ཐབས་ཤེས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ། (175)
- ས་བཅད་བཞི་པ། དཔྱེད་རིམ་ཀྱི་ངེས་པ། (177)
- ལེའུ་དགུ་པ། ཚོས་ཀྱི་སྦྱང་གཞི་དང་སྦྱོང་བྱེད་བསྟན་པ། (179)
- ས་བཅད་དང་པོ། ཡང་དག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ། (179)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། འཁྲལ་པའི་ལོག་རྟོག་སྤང་བ། (180)
- གཅིག །ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷ་བ་དགག་པ། (180)

གཉིས། ཐེག་དམན་གྱི་ལྟ་བུ་དགག་པ།	(181)
1 ཉན་ཐོས་ཐེ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་སྦྱི་དགག་པ།	(181)
2 གནས་མ་བུ་བདག་ཀྱི་བྲག་ཏུ་དགག་པ།	(182)
ས་བཅད་གསུམ་པ། རྒྱུད་ཀྱི་ད་རྒྱུད་བཤད་པ།	(183)
གཅིག་རྒྱུད་སྦྱིར་བཤད་པ།	(183)
གཉིས། རྩེ་བྲག་ཡི་མེས་ཀྱི་རྒྱུད་བཤད་པ།	(184)
གསུམ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་གངས་དང་ཡི་གེའི་གངས་རྒྱུར་ཚུལ།	(185)
བཞི། ལོ་གཅིག་གི་ཞག་གངས་དང་ཡི་གེ་རྒྱུར་ཚུལ།	(186)
ལྔ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་གངས་དང་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟ་གངས་རྒྱུར་ཚུལ།	(187)
1 ཏུས་འཁོར་གྱི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(187)
2 རྩོམ་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(188)
3 ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུ་འབྲུལ་བྱ་བ་དང་རྒྱུར་བ།	(188)
4 ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟ་གསར་བ་འདུས་པ་དང་རྒྱུར་བ།	(189)
5 རྒྱུད་གཞན་དང་རྒྱུར་བ།	(190)
དུག་ལུས་ཀྱི་ཅ་ནམས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(190)
1 ཏུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(190)
2 འཁོར་ལོ་བཟོམ་པའི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(192)
3 གསར་བ་འདུས་པ་དང་རྒྱུར་བ།	(193)
4 རྒྱུད་གཞན་གྱི་ལྟ་དང་རྒྱུར་བ།	(194)
བདུན། བརྗོད་དོན་མཁུག་བསྟུ་བ།	(195)
ལེའུ་བརྟུ་པ། རྒྱན་མོང་དང་རྒྱན་མིན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ།	(197)
ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱན་མོང་པའི་ལམ།	(197)
གཅིག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་བཤད་པ།	(197)
གཉིས། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བཤད་པ།	(198)
གསུམ། བ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པའི་ལམ་བཤད་པ།	(198)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ།	(199)
གཅིག་རྒྱུད་ཐེ་བཞིའི་ཏུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ།	(199)
གཉིས། ལམ་དངོས་བཤད་པ།	(200)
1 ཚོགས་ལམ་བཤད་པ།	(200)

༡ སྒྲིབ་ལམ་བཤད་པ།	(201)
༡ མཐོང་ལམ་བཤད་པ།	(202)
༤ སྒྲིབ་ལམ་བཤད་པ།	(203)
(1) ལམ་གྱི་རོ་ཐོ་བཤད་པ།	(203)
(2) མཐོང་སྒྲིབ་གྱི་རྒྱུ་འགག་ཚུལ།	(203)
༥ མཐར་ཐུག་པའི་ལམ་བཤད་པ།	(204)
ལེན་བཅུ་གཅིག་པ། ཚ་རྒྱུ་ཐིག་ལེའི་སྤྱད་རིམ་བཤད་པ།	(207)
ས་བཅད་དང་པོ། ཚ་སྤྱད་པའི་རིམ་པ།	(207)
གཅིག་ཁྱེད་པ་སྤྱད་པའི་ཚུལ།	(207)
གཉིས། འཁོར་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་སྤྱད་པའི་རིམ་པ།	(208)
གསུམ། ཚ་ཉེར་བཞི་པོ་སྤྱད་པའི་ཚུལ།	(209)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱུ་གི་འཆི་ལྟས།	(210)
གཅིག་རྒྱུ་བཅུའི་སྤྱད་རིམ་བསྟན་པ།	(210)
གཉིས། དབྱ་མའི་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་འཆི་ལྟས།	(211)
༡ འཆི་ལྟས་སྒྲེ་བའི་རིམ་པ།	(211)
(1) རྒྱུ་བཅུ་མ་ཉམས་པའི་རྒྱུ།	(211)
(2) འཆི་ལྟས་འཕེལ་བའི་ཚུལ།	(211)
༢ འཆི་ལྟས་དངོས་བཤད་པ།	(214)
(1) སྒྲིབ་བསྟན་པ།	(214)
(2) ཞིབ་པར་བཤད་པ།	(215)
A བྱིས་བཅུ་གཉིས་སྤྱངས་པའི་ཚུལ།	(215)
B རྒྱུ་ཟད་དེ་འཕོ་བའི་ཚུལ།	(215)
གསུམ། གཡས་ཉི་མའི་འཆི་ལྟས།	(217)
༡ འཆི་བསྐྱེད་རྒྱུ་པའི་འཆི་ལྟས་འཕེལ་ཚུལ།	(217)
༢ འཆི་བ་བསྐྱེད་མི་རྒྱུ་པའི་འཆི་ལྟས་འཕེལ་ཚུལ།	(218)
བཞི། གཡོན་རྒྱ་བའི་འཆི་ལྟས།	(219)
ལྔ། དེ་དག་གི་ངེས་པ་བསྟན་པ།	(221)
༡ ཉི་ལྔའི་འཆི་ལྟས་སོ་སོར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆོན།	(221)
༢ རྒྱུ་མིན་འཆི་ལྟས་ངེས་པའི་རྒྱ་མཆོན།	(221)

༡ མོ་བྱར་དུ་ཅ་རྒྱུ་འགག་པའི་ཚུལ།	(222)
ས་བཅད་གསུམ་པ། ཐིག་ལེ་འགག་པའི་རིམ་པ།	(223)
གཅིག། ལོ་དགུ་བརྒྱ་ལོ་བརྒྱན་གྱི་ཐིག་ལེ་འདོར་བའི་ཚུལ།	(223)
༡ རྟེན་ཅ་རྒྱུ་མོགས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་ཚུལ།	(223)
༢ བརྟེན་པ་ཁམས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་ཚུལ།	(223)
གཉིས། ལོ་གསུམ་གྱིས་འཆི་ལྟས་དངོས།	(224)
ས་བཅད་བཞི་པ། ཞར་ལ་གནས་གཞན་དུ་འཕོ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།	(225)
ས་བཅད་ལྔ་པ། མཚུག་བསྟུ་བ།	(226)
མཚུག་དོན་བསྟུ་བ། གཞུང་དོན་མདོར་བསྟུས་ནས་བསྟན་པ།	(227)
ས་བཅད་དང་པོ། རྟེན་སྣོད་གསུམ་གྱིར་བཤད་པ།	(227)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟེན་སྣོད་མོ་མོ་ལ་སྐྱར་བ།	(228)
གཅིག། མདོར་བའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།	(228)
༡ ཁྱའི་མདོར་བ།	(228)
༢ ནང་གི་མདོར་བ།	(228)
གཉིས། མདོ་ཕྱེད་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།	(230)
གསུམ། འདུལ་བའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།	(230)
ས་བཅད་གསུམ་པ། སྐགས་ཀྱི་ཚུལ་དང་སྐྱར་བའི་དགོས་པ།	(231)
ས་བཅད་བཞི་པ། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་ཚུལ་བསྟུ་བ།	(232)
གཅིག། གཞི་དུས་སྟུ་བསྐྱིབས་པའི་ཚུལ།	(232)
གཉིས། ལམ་དུས་སྟུ་བྱུང་བའི་ཚུལ།	(232)
གསུམ། འབྲས་དུས་སྟུ་དག་པའི་ཚུལ།	(233)
ས་བཅད་ལྔ་པ། བསྟན་བཅོས་འདི་གང་ལས་རྟེན་པ།	(233)
གཅིག། ཁྱི་ལྟར་བསྟུས་པའི་ཚུལ།	(233)
གཉིས། དེའི་བྱངས་བསྟན་པ།	(234)
གསུམ། རང་བཟོ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ།	(234)
ས་བཅད་དུག་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ལ་བསྟོན་པ།	(235)
གཅིག། བསྟོན་པ།	(235)
གཉིས། བསྟོན་པ།	(237)
གསུམ། བསྟོན་གསལ།	(237)

ཟུར་བཀོད། མིང་ཚིག་འབྲེལ་བ།	(241)
ཟུར་བཀོད། ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་ཅ་བ།	(251)
ཟུར་བཀོད། ཅ་རྒྱུ་འབྲེལ་འཁོར་གྱི་དཔེ་རིས།	(324)
འབྲེལ་འཁོར་གྱི་དཔེ་གསུམ་རིས།	(325)
རྒྱུ་རྩེ་དགུ་འབྲུད།	(325)
གཏུམ་པོ་མེ་ཁོད་ཐུག་ལེན།	(326)
མེ་ཐབ་རྒྱལ་ཆིང་།	(327)
གཏུམ་མོ་ཁྲོམ་སྐབས་ཟས་སྦྱོར་སྤང་སྤང་།	(327)
སྦྱོན་འགྲོ་རྒྱུ་སྦྱོན་སེལ་བའི་འབྲེལ་འཁོར།	(327)
ཅ་མདུད་ཀྲོལ་བའི་འབྲེལ་འཁོར་བཅོ་བརྒྱད།	(329)
ཉོན་མོངས་སེལ་བའི་འབྲེལ་འཁོར་ནང་གསེས་བརྒྱད།	(334)
ཅ་གཙོ་མོ་གསུམ་དང་འཁོར་ལོ་བཞི་སྟགས་གྱི་དཔེ་རིས།	(338)

མཚན་བརྗོད།

ནམ་བཅས་སྒྲོས་པའི་མཚན་མ་ཀུན་བཤམ་སྒྲོང་། །
 ནམ་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་པའི་ཚལ། །
 ནམ་ཀུན་མཚན་ལྡན་སྒྲུ་མ་རྣམས་འཁོར་ལོ། །
 ནམ་མང་འགྲོ་བའི་གཤེས་ལ་རྟག་ཏུ་བཞུགས། །

རྒྱད་ཉེ་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲིང་པོ་པོར་རྒྱ་བྱངས། །
 ཟབ་མོའི་གདམས་པས་རྒྱང་སེམས་གནད་རྒྱ་བཅིངས། །
 བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་ཟུག་ཆེན་སྟོགས་བརྒྱར་སྒྲེལ། །
 བྱལ་མཚོག་མར་མི་དྲགས་གསུམ་སྒྲིང་དབུས་རོལ། །

གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་པ་དབྱིངས་སུ་དག །
 ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་གཟིགས། །
 རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་རང་བྱུང་རྩོ་རྩེ་ཡིས། །
 རྒྱང་སེམས་རང་དབང་འདྲ་བའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །

བརྒྱད་པའི་ཆུ་པོ་དྲི་མེད་སྒྲོང་རྒྱ་འཛིན། །
 མན་ངག་སྒྲིང་ཞོར་དམ་ལྡན་བྱ་ལ་སྒྲིན། །
 རྒྱལ་བའི་སྒྲིན་ལས་མི་ཡི་ནམ་རོལ་བ། །
 བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་བཀའ་དྲིན་སུ་ཡིས་གཞལ། །

ལྷང་རིག་ཚད་མ་རྒྱལ་བའི་གསུངས་རབ་དང་། །
 གདམས་ངག་ཚད་མ་སྒྲུ་མའི་ཞལ་རྒྱན་ནམས། །
 འབྲུལ་མེད་ཡི་གཤེས་ལས་རྒྱ་བཀོད་པ་འདྲིར། །
 གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ཀྱིས་གནང་བར་སྟོལ། །

སྤྱི་བཞུགས་ཀྱི་ཁྲིམ་ཆ་ལྟར་།

ལྷན་སྐྱེལ་གྱི་གནས་ལུགས་ཤིས་པའི་དགོས་པ།

ས་བཅད་དང་མོ། དེང་དུས་སྐྱེལ་གྱི་ཁྲིམ་ཆ་ལྟར་།

གི་གནས་ལུགས་།

དེང་དུས་འཛམ་གླིང་གྱི་དང་ལྷན་པར་ཡར་ཀློང་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ཀྱི་
 ནང་དུ། མི་རྣམས་ལ་སྐྱེལ་གྱི་ནད་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་གི་དཀའ་ངལ་
 རིམ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་བཞུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་
 དུས་སྟོན་ཅམ་ནས་ཡོ་རོབ་གླིང་དུ་མི་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཉིན་ལྟར་ཡར་ཀློང་
 བ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་སྐྱེལ་གྱི་ནད་རིགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་རིམ་མང་དུ་བྱུང་ཡོད་
 པ་དཔེར་ན། སྐྱེལ་ཁ་མཐོ་དམན་ཅན་དང་། (Schizophrenia) ཡིག་ཟུག་པ།
 (Depression) གལ་ཆད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་བྱ་རྣམས་སོ། །སྤྱི་ལོ་༡༩༩༡ ལོར་ཨ་
 རིའི་ཆུ་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བསྟོམས་ཚིས་ལྟར་
 བ། ཨ་རིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་སྐྱེལ་གྱི་ནད་རིགས་མི་བདེ་བའི་ནད་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་
 ངལ་ཡོད་མཁན་དེ་མི་འཕྱོར་སྤྱིའི་13% ལ་བྱིན་ཡོད་པར་བཤད། དེ་བཞིན་དུ་ཡོ་
 རོབ་གླིང་དུའང་དེ་ལྟ་བུའི་བསྟོམས་ཚིས་བྱས་པ་ཞིག་མ་མཐོང་ཡང་། དུས་རྒྱུན་
 ཟུག་འཕྲད་བྱུང་བའི་ནད་པ་དང་། ཚོས་པ་རྣམས་དང་ལབ་སྤྱིང་བྱས་པའི་སྐད་
 ཆ་ལ་བརྟགས་ན་ཕལ་ཆེར་སྐྱེལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་མི་འཕྱོར་དེ་ལས་མི་ཉུང་
 བ་ཞིག་ཡོད་པ་རྟོགས་སྟབས། སྤྱི་བཞུགས་སྐྱེལ་གྱི་ནད་པའི་ནད་པའི་མི་གངས་
 དེ་དབུལ་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ཟུག་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་མང་བ་དང་། གྲོང་
 གསེབ་ལས་གྲོང་བྱིར་གྱི་ནང་དུ་མང་གི་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་དུག་ཅུ་པའི་མོན་དུ་རྒྱབ་སྟོགས་པའི་
 རྒྱན་པ་ཚོས་སྐྱེལ་གྱི་ནད་པའི་ནད་རིགས་དེ་མིའི་ལྷན་དང་འབྲེལ་བ་ཆ་བ་ནས་

མེད་པའི་ལུས་ཀྱི་ནད་ལས་ཐ་དད་པའི་ནད་རིགས་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ནས་སྒྲན་རྒྱས་
 གྱིས་བཅོས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག། དེར་བརྟེན་སྒྲན་གྱི་རིག་
 གཞུང་ལ་བསྐྱབས་གཉེར་བྱས་པའི་སྒྲན་པ་ཆོས། ནད་པ་འདི་རིགས་ལ་སྒྲན་
 བཅོས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཞེ་ན། སེམས་མི་བདེ་བའི་ནད་ཀྱི་དཀའ་
 ངལ་དེ་ལུས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་རྩས་རྒྱང་སོགས། ལུས་བྱངས་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་
 པའི་ནད་རིགས་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ནད་པ་དེ་རིགས་བཅོས་
 མཁན་ལ་སེམས་ཀྱི་སྒྲན་པ་བཟེར་བ་ཞིག་ལོག་ན་ཡོད་པ་སྟེ། ཁོ་ཆོ་ནི་སེམས་
 ཁམས་རིག་པ་(心理学) ལ་སློབ་གཉེར་གནང་ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་
 རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་སྒྲན་པ་ཞེས་པའི་མཆན་གནས་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་པ་དང་། སེམས་མི་
 བདེ་བའི་ནད་པ་རིགས་ལ་སྒྲན་བཅོས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོ་
 ཆོས་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་གི་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་། མཆན་ཉིད་སོགས་
 ལ་གཏན་ནས་བསྐྱབས་སྤྱང་མེད་སྟབས་དེའི་སྒྲོ་བྱེད་ཤེས་ཡོན་ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་
 རེད། ཁོ་ཆོས་ནད་པ་ལ་སྒྲན་བཅོས་བྱེད་སྟངས་དེ་གཙོ་བོར་བཞུགས་དང་སློབ་
 གསོ་བརྟེན་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ལྟར་རེ་བཞིན་ནད་པ་དང་སྒྲན་པ་གཉིས་
 རྩས་ཐོག་ཏུ་འཛོམས་ནས་དྲི་བ་དྲིས་ལེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ནད་བཅོས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་
 དཔེར་ན། སེམས་ཀྱི་སྒྲན་པས་ནད་པ་ལ་བྱིས་ཆང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་། བྱིས་མི་
 རྒྱུས་དང་སོ་སོའི་བར་བཅེ་རྩེད་གི་འབྲེལ་བའི་གནས་སྟངས། ལྷ་གུའི་སྐབས་
 ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་བདེ་སྟག་གང་བྱུང་། སེམས་ནད་ཏུ་གཙོ་བོའི་དཀའ་ངལ་
 གང་ཡོད་སོགས་འདྲི་ནས་ནད་པ་ལ་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་གནས་ཚུལ་རྒྱུས་དྲན་
 སྤྱད་བྱེད་ཅིང་། ནད་པར་རྒྱག་ལུས་བཤད་བཅུག་ནས་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་
 བདེ་བའི་ཐབས་བཅའ་བ་དང་། གཞན་ཡང་ནད་པ་ལ་ཡིད་སློབ་པའི་སྐད་སྒྲན་
 བཤད་པ་དང་། སློབ་གསོ་བཏང་བ་སོགས་ཉིན་རེའི་སེམས་བདེ་བའི་ཐབས་ལ་
 བརྟེན་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ནད་པ་དབུལ་པོ་ཞིག་ལ་མཆན་ན་བཅོས་
 ཐབས་འདི་ནི་འགོ་ཁྲོད་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། བཅོས་ཐངས་རེ་རེ་བཞིན་སྒྲན་
 པས་སློབ་གསོ་གནང་བའི་རྩལ་ལུན་དང་བསྐྱོན་ནས་ཡོན་འདུལ་སྤྱད་དགོས་ཤིང་།

ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ལོ་༡༩༧༠ ལོ་ཡས་མས་ཅམ་ནས་ཡོ་རོབ་དང་། ཡ་མེ་རི་ཁའི་སེམས་སྒྲིན་
 ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱས་པས་སེམས་ལ་ཕན་བདེ་
 བྱང་བའི་གཏམ་གསལ་ལ་བྱབ་སྟབས། རིམ་བཞིན་རྒྱབ་སྟོགས་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་
 ཀྱི་ནང་དུ་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་དང་། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་རྗེ་མང་
 བྱང་འདུག ནང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཞི་གནས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་སེམས་བདེ་བའི་
 ཐབས་དེ་དག་ནི། རྒྱབ་སྟོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲན་པའི་བསྐྱོ་སྤང་ལས་འགྲོ་གྲོན་
 ལྡབ་མང་པོ་ཉུང་གི་ཡོད་སྟབས། ཐོག་མར་དཔལ་འབྱོར་ཆ་རྒྱུན་རྒྱུང་ཞན་པའི་
 ནད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་དུ། ལུགས་འདི་དག་འབས་བྱེད་མཁན་མང་བ་དང་། དར་
 བྱས་ཆེན་པོར་བྱང་བ་རེད། དེ་ནས་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་དུ་འབྱོར་ལྡན་
 མི་སྣ་དང་། མཁས་པ་ཆེན་པོ། ཆོན་རིག་པ། དཔོན་རིགས་ཁག་གཅིག་གིས་ཀྱང་།
 ནང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སེམས་བདེ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུའི་འགོ་
 བཅུགས་པ་མ་ཟད་ཉམས་ལེན་དང་། སྒོ་མ་སྒྱུབ་བྱེད་མཁན་ཡང་གང་འཆོམས་
 ཞིག་བྱང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནས་ཆོན་རིག་པ་ཁག་གཅིག་གིས་ལུས་སེམས་བར་གྱི་
 འབྲེལ་བ་ལ་ཡང་བསྐྱར་དུ། ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུའི་འགོ་བཅུགས་པ་རེད།ལོ་
 རབས་དགུ་བརྒྱུ་པའི་ནང་དུ་སྤྱི་དངོས་རིག་པ་དང་། རྩལ་ཕྱན་རིག་པའི་ཞིབ་
 འཇུག་ལ་ཡར་རྒྱས་བྱང་བར་བརྟེན། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ངེས་
 ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཤུགས་སྒྲིན་
 གང་འཆོམས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པར་རྟོགས། ལྷག་པར་དུ་ལོ་རབས་དགུ་བརྒྱུའི་
 དཀྱིལ་ཅམ་དུ། རྒྱབ་སྟོགས་པའི་སྤྱང་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཆེད་རམས་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་འགྱུར་དང་། འཕྲུལ་ཤེལ་སོགས་ཀྱི་ལག་ཁྲིམས་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་
 བསམ་སྒྲུའི་ནང་གི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་། དགའ་བ་དང་། སྒྱི་བ་ལ་
 སོགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྱང་པའི་ཁ་དོག་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་
 སོགས་འགྱུར་ཞིང་ཡོད་པར་ཤེས་རྟོགས་བྱང་ཡོད། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོའི་ཟླ་བ་བརྒྱ་
 པར་ཨི་ཏྲ་ལའི་བརྟན་འཕྲིན་ལས། མིའི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་ཆེན་བུའི་དཀྱིལ་འཁོར་

ནང་དུ་སྟོབས་སྐྱེད་དངས་མ་ཉོར་མུན་(Hormone) འཁོར་བསྐྱེད་བྱེད་ཚུལ་མི་
འདྲ་བའི་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས། ཉིན་ལྟར་ཚུ་ཆོད་གཉིས་དེའི་ནང་དུ་མིའི་བསམ་
སྟོའི་ནམ་འབྱུར་གཞན་དུ་འབྱུར་འགོ་ཁེང་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཚུ་ཆོད་
གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་སེམས་སྐྱེད་སྤང་བ་འབྱུང་བ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འདོད་ཆགས་
སྐྱེ་བ། དེའི་རྗེས་སུ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པ་ཡོང་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་གསལ་
བསྐྱགས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་
སྟོབས་པའི་སྐབས་འདིར་ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ།
ཕན་གཞོད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་ཚན་རིག་གི་བདེན་དཔང་རྗེ་མང་དུ་འགོ་
ཁེང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལུས་སྟོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དུ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེད་དང་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་མཁན་ཡང་རྗེ་མང་དུ་འགོ་ཁེང་ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་པ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ།

གཅིག །ལུས་སེམས་ཀྱི་ནམ་བཞག

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་རྟེན་དང་
བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་མཚན་
གཞི་ནི། འབྱུང་བ་ལྡེའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་སྤང་པོ་གང་ཞིག །ཉེས་པ་གསུམ་
དང་། ལུས་ཟུངས་བདུན། རྒྱུ་མ་གསུམ་བཅས་གཞོད་བྱ་བཅུ་པོ་འདུས་པའི་སྤང་
པོ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ལས་ཉེས་པ་གསུམ་ཞེས་པ་ཡོངས་གྲགས་སུ་རྒྱུང་མཁྱིས་བད་
ཀན་གསུམ་ལ་ཟེར་ཁེང་། རྒྱུང་ཞེས་པ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་རྗེས་ཞིག་སྟེ། མིའི་
ལུས་རྟེན་གྲུབ་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་ཤས་ཞིག་སྟེ། དབུགས་འབྱིན་རྒྱབས་
དང་། ལུས་འགྲུལ་བསྐྱོད། རྒྱགས་འབྱིན་པ། ཁམས་སྒྲིན་པ། དབང་པོ་གསལ་
བར་བྱེད་པ་སོགས་སྟུན་མོང་གི་རུས་པ་དང་། གལ་ཏེ་རྒྱུང་སྐྱོད་ནས་ལས་སུ་རུང་
བར་བྱུང་ན། སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ལུས་ལ་བདེ་དྲོད་འབར་བ་དང་།
སེམས་ལ་ཉམས་རྟོག་སྐྱེ་བ། འཆི་མེད་ཆེའི་གོ་འཕང་བརྟེན་པ་སོགས་བསམ་གྱིས་
མི་ཁྱབ་པའི་རུས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་སྟབས་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུང་ལ་དབྱེ་ན་

ལུས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ། ལས་རིགས་མི་འདྲ་བར་བྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་དང་།
ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། དབང་པོ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་།
རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་སྟོག་འཛིན། བྱེད་ཆུ། བྱ་བ་
བྱེད། མི་མཉམ། སྤྱར་སེལ་བཅས་ལྟ་ཡོད།

མཁྱིམ་པ་ཞེས་པ། ལུས་བྱུངས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པའི་མེ་དྲོད་ཀྱི་
མིང་ཡིན། མེ་དྲོད་ནི་ལུས་གནས་པའི་རྣམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡིན་ཏེ།
དེ་ནི་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་། གཟི་མདངས་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོར་ཡིན་
ཞིང་། ལུས་ཀྱི་ཤུམ་པའི་རྒྱ་སྟེ་ལུས་དྲོད་ཉམས་ཤིང་གཟི་མདངས་ཟད་འགོ་ཞིང་
ཡོད་པ་རེད། མེ་དྲོད་དེའི་རྟེན་གཙོ་བོ་ཕོ་བ་དང་། གཞན་ཡང་ལུས་བྱུངས་
བདུན་པོ་སོ་སོ་དང་། བྱེད་པར་བྱས་ལ་བརྟེན་ནས་དྲུངས་སྟྲིགས་འབྱེད་ཅིང་།
གཟི་མདངས་འཕེལ་བ་དང་ཆེ་སྟོག་བརྟན་པའི་རྒྱ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་
ཉིད་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་འཇུག་བྱེད་དང་། མདངས་བསྐྱར། སྤྱབ་བྱེད།
མཐོང་བྱེད། མདོག་གསལ་ཏེ་ལྟ་ཡོད་པ་རེད།

བད་ཀན་ཞེས་པ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པའི་བརྒྱན་གཤེར་གྱི་རིགས་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་མིང་རྟེ། དེ་ལ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་རྟེན་བྱེད་དང་།
ཟུག་བྱེད། མྱུང་བྱེད། ཆོམ་བྱེད། འཕྱོར་བྱེད་བཅས་ལྟ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟའི་རྒྱ་
མཁྱིམ་བད་ཀན་གྱི་རྣམས་གསུམ་པོ་དེ་ནི། མིའི་ལུས་སྟོག་འཛོལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམས་
གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།

གཞན་ཡང་ལུས་བྱུངས་བདུན་ཞེས་པ་ནི་དྲུངས་མ་དང་། བྱ་བ་ །ཤ །ཆོལ།
རུས་པ། ཀླང་། བྱ་བ་བཅས་དང་། དྲི་མ་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་དང་། བཤང་བ།
གཅིན་ནམས་ནི་ཤེས་སྟེ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་བཞེད་མ་ལྟ་ཡི་བདག་
ཉིད་ཅན་ཡིན་ཏེ། བཤད་རྒྱུད་ལས། ས་ལས་ཤ་དང་རུས་པ་སྣ་དྲི་སྟེད། །རྒྱལ་ས་
བྱ་བ་དང་ཕྱེ་རྒྱུན་པར་བྱེད། །མེ་ལས་དྲོད་དང་མདོག་གསལ་མིག་གཟུགས་
སྟེད། །རྒྱུང་ལས་དབུགས་དང་པགས་པ་རིག་བྱ་སྟེད། །མཁའ་ལས་བྱ་བ་ཀྱང་བསྐྱར་
སྟེད་འགྱུར། །གོམས་པས་བྱ་བ་ལ་འཇུག་སྤང་བ་མཆེད། །རྒྱུ་རྟེན་རྟེན་འབྲེལ་

འདྲིམས་པས་ལུས་སུ་གྱུབ། ཞེས་སོ། །

སེམས་ཀྱི་མཚན་གཞི་ནི། མངལ་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱུར་པའི་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ས་པོན་
དང་ལྷན་ཅིག་ཚོགས་ཤིང་ལས་རྒྱུན་འདྲིམས་པའི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ལ་ཟེར།
དེ་ནི་ས་པོན་དཀར་དམར་གཉིས། ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདུས་པ་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་
བའི་སྟོག་རྒྱུད་དང་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ལ་ཟེར། མངལ་གནས་དེ་
རྒྱ་བ་བརྒྱ་རྫོགས་པ་དང་ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་བརྒྱ་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་། ཚོགས་བྱུག་
གི་ཤེས་པས་ལུ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་། བདེ་སྤྱད་ལ་སོགས་པའི་ཚེར་བ་འདྲིན་པ་
པོ་ནི་སེམས་སམ་རྣམ་ཤེས་ཡིན། ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་ལ་གནས་པའི་བར་དུ་དེ་
སྲིད་རྒྱུད་སེམས་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཏུ་གནས་ཤིང་། དེ་ལ་སྟོག་རྒྱུད་ངམ་ཉོན་
ཡིད་ཅེས་པའི་མིང་གི་ཐ་སྙད་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་རྒྱུད་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆ་
ཐམས་ཅད་དང་། བྱུང་པར་སྦྱི་བོར་ལྷད་པའི་ཚ་དཀར་རྣམས་བརྒྱུད་ནས་སློ་དང་
དབང་པོ་གསལ་བ་བྱེད་པ་དང་། ཚེར་བ་འདྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་བྱེད་ཅིང་
ཡོད་པ་རེད། ལྷན་ཞིག་ལུས་ཅན་རྣམས་འཆི་བའི་ཆེ་འབྱུང་བ་ལྟའི་རྒྱུད་རྣམས་
རིམ་བཞིན་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་ནས། མཐར་སྟོག་རྒྱུད་ཁོ་ན་ཞག་གཅིག་ཏུ་རྒྱ།
དེ་ནས་ལུས་ལ་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་ཟད་དེ། རྣམ་ཤེས་དང་བཅས་པའི་སྟོག་རྒྱུད་སྤ་བ་
དེ་ཉིད་བྱ་ག་དགྲ་གང་ཅུང་ཞིག་ནས། ལུས་ཀྱི་སྦྱིར་སོན་ཏེ་བཅའི་གྲུལ་བ་ན།
ཤེས་པ་མེད་པའི་ལུས་ཚེར་བ་དང་བྲལ་བ་དེ་ལ་རོ་ཞེས་འབོད་ཅིང་། རྣམ་ཤེས་
ལ་ལྷུང་པོའི་ལུས་མེད་པས་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཉིས། ལུས་ནད་དང་སེམས་ནད་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ཚུལ།

ང་ཚོས་འདིར་བཤད་པའི་སེམས་ནད་ཅེས་པ་རྒྱུད་ནད་ཀྱི་རིགས་ཡིན། དེ་
ཡང་རྒྱུད་འཕེལ་ཟད་འབྲུགས་གསུམ་ཀྱི་ནད་ནས། གཙོ་བོ་རྒྱུད་འབྲུགས་པ་ལས་
བྱུང་བ་མང་ཞིང་། གནས་ཀྱི་སྟོ་ནས་རྒྱུད་སྦྱིང་ལ་ཁྱེད་ཤིང་། ལམ་ཀྱི་སྟོ་ནས་
ལྷད་པའི་ཚ་ལམ་རྣམས་སུ་ལམ་ལོག་པར་རྒྱ་བས་འབྲུལ་སྤངས་སྤྱ་ཚོགས་པར་སྦྲེས་
པར་བཤད། རྒྱུད་སྦྱིང་བའི་རྒྱུན་ནི། ལུས་ལས་བྱུང་བ་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་བ་
གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོར། རོ་ཁ་བ་དང་། ལུས་པ་ཡང་བ་དང་རྩལ་པའི་ཁ་ཟས་

བརྟེན་དྲགས་པ་དང་། ཆགས་པས་རྒྱབ་པ་དང་། ལྟོ་ཆགས་པ་དང་། གཞིད་
ཆགས་པ། ལྟོ་སྟོང་གི་རྒྱས་སྤྲུམ་རག་གི་བྱ་བ་དྲག་ཤུལ་ཅན་བྱས་པ་དང་།
ལྟས་ལས་ཁྲག་མང་རྒྱ་བྱས་པ་དང་། འཁྲུལ་སྒྲུག་དྲག་པོས་བཏབ་པ་དང་། ལྟག་
རྒྱང་བསེ་བྱས་བྱས་པ་དང་། ག་ཆད་གྱིས་རྒྱས་པ་དང་། ལྟ་བ་མང་དྲག་པ་དང་།
བརྟེན་མེད་པའི་ཁ་བཙས་ལྟན་རིང་རྒྱ་བརྟེན་དྲག་པ་དང་། བཤང་གཅིན་རྣམས་
ཤུགས་གྱིས་བཀག་པ་དང་། ཡང་ན་ནན་གྱིས་བཙོར་བ་བཙས་གྱི་སྟེན་རྣམས་
གྱིས་ལྟས་བྱངས་བྱང་ནས་རྒྱང་ནད་སྟོང་གི་ཡོད་པ་རེད།

སེམས་ལས་བྱང་བའི་རྒྱང་ནད་སྟོང་སྟེན་ནི། སེམས་ལ་མྱ་ངན་གྱིས་གདུང་
དྲགས་པ་དང་། བྱ་བ་གང་ཞིག་གི་དོན་རྒྱ་སེམས་འཆོབ་བྱེད་དྲགས་པ་དང་།
འཇིགས་སྒྲག་གིས་བཙོར་དྲགས་པ་དང་། ལས་ཀ་དང་སྟོབ་སྟོང་སོགས་གྱི་དོན་
རྒྱ་རིག་པ་བརྟེན་དྲགས་པ་དང་། དོན་གང་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་བསམ་སྟོ་
གཏོང་དྲགས་པ་བཙས། མདོར་ན་སེམས་གྱི་རྒྱས་ཆོད་ལས་བཟུལ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་
དྲགས་པ་ཡིན་ན་འཁྲུལ་པ་དང་། ལྟོ་ནད་དང་། བཟུལ་གཟེར་དང་། སེམས་ཁ་
མཐོ་དམན་སོགས་གྱི་ནད་རིགས་རྣམས་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ལྟར་ལྟས་གྱི་བྱངས་སྟོབས་ཉམས་ནས་རྒྱངས་ལངས་ཏེ་སེམས་ནད་སྟོ་ཆོགས་
བསྐྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སེམས་གྱི་སྟེན་ལས་བྱང་བའི་རྒྱང་ནད་གྱི་རིགས་
དེ་དག་གིས་ཀྱང་ལྟས་ལ་ན་བྱག་སྟོ་ཆོགས་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དེས་སྔ་བའི་ཆ་ནས་
ལྟས་སེམས་གཉིས་པོ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པར་རྟོགས། གནས་
སྐབས་སུ། སེམས་མྱ་ངན་གྱིས་གདུང་དྲགས་པའི་ཆོ་ལྟས་གྱི་བདེ་བ་མི་ཆོར་བ་
དང་། སེམས་ལ་བདེ་བ་ཤུགས་ཆེ་བའི་རྒྱས་སྤྲུམ་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་མི་ཆོར་བ་ལྟ་
བུའི་སྒྲུང་ཚུལ་མཐོང་སྲིད་ཀྱང་། དེ་ནི་ཆོར་བ་ཤས་ཆེ་རྒྱང་གི་དབང་ལས་བྱང་
བ་ལས་ལྟས་སེམས་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་གཏན་ཆོགས་མི་རྒྱང་སྟེ། དཔེར་
ན་རྒྱང་པ་ལ་གྱིས་བཤག་ཆོ་ལག་པ་ལ་ཁབ་བརྟེན་ན་མི་ཆོར་བ་བཞིན་ནོ། །

སེམས་གྱི་ནད་དེ་དག་བཙོས་པའི་ཆོ་ཡང་དེ་བཞིན་རྒྱ་ལྟས་སེམས་འབྲེལ་
ནས་བཙོས་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རིག་པ་མ་བྱེན་པ་འཁྲུལ་པ་འཕྲ། ལྟོ་

ནད་སྐྱེས་སྤྱད་ནད་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ལ་དང་པོ་རྩ་མངར་བ་དང་སྤྱར་བ་དང་།
 ལུས་པ་ལྷི་བ་དང་། ལྷུ་མ་པའི་བཅས་དང་སྤྱན་གྱི་རིགས་རྣམས་བརྟེན་ནས་སྤྱད་
 གཞོན་ཅིང་། ཉེས་པའི་ཁམས་སྟོམས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཁམས་གསོ་བའི་ཐབས་
 ལ་འབད་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་ཅིང་། སྤྱན་ལུས་སྐྱེས་ལོད་འཇུག་བྱ་
 གའི་རྩ་ལམ་འགག་པའམ། འཇུགས་པ་རྣམས་བསལ་བར་བྱེད་པའི་གསོ་ཐབས་
 རྣམས་ལ་འབད་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་གསལ་གཞན་ནས་རང་གི་ཡིད་
 དུ་འོང་བའི་གྲོགས་དང་སྤྱན་ཅིག་དུ་མྱེང་མོལ་བྱེད་པ་དང་། གཏམ་སྤྱན་བཤད་
 པ་དང་། རྩོམ་དབྱངས་གཏོང་བ་སྐྱེས་ལོད་སྤྱོད་པའི་ཐབས་གང་
 འཚམས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་དེས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་བྱུག་གཟེར་སྐྱེས་ལུས་ཀྱི་ན་
 ཚ་ལ་ཕན་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་ཁམས་སྟོམས་པར་བྱེད་པའི་
 ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས། སེམས་མི་བདེ་བའི་ནད་རིགས་དེ་དག་བཅོས་པ་དང་།
 སེམས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ཀྱི་རྩ་དཀར་གྱི་ནད་རིགས་དེ་
 དག་བཅོས་ཤིང་ཡོད་པ་མ་ཟད། བཅོས་ཐབས་དེ་དག་གིས་ཕན་ཐོགས་པ་མངོན་
 ལུས་ཀྱིས་གྲུབ་བྱུབ།

ས་བཅད་གསུམ་ལ། ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་

དབྱེད་པའི་དགོས་པ།

ལུས་སེམས་ལ་བདེ་བར་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ནི་སྤྱོད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
 དང་། ལྷན་པར་དུ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་འབད་བརྟེན་གྱི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་
 དེ་རེད། ར་ཚོ་བོད་ཀྱི་ལུལ་འདིར་བདེ་ལ་འབད་པའི་དམིགས་ལུལ་མི་འདྲ་བ་
 གཉིས་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ལས་དང་པོ་ནི། གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་ཚོ་རིང་ཞིང་
 ལུས་ལ་ནད་ཀྱི་བྱུག་ཏུ་དང་། སེམས་ལ་ཐུང་ན་གྱི་ཚར་བ་མེད་པ་ཞིག་འདོད་
 ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་དེ་ཉིད་བདེ་བའི་གཙོ་གནད་དུ་འཛིན་ཞིང་
 དེ་ཐོབ་པར་འབད་བརྟེན་མཁན་ནི་བོད་མི་ཕལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་རེའི་མི་
 འཕོར་གྱི་99.99% དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་གཙོ་བོར་བཟུང་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན།

བདེ་བ་དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཤེས་གཙོ་བོ་གསེ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དུ་བསྟན་པའི་མི་
ན་བ་ཆོ་རིང་བར་བྱེད་པའི་བཅུད་ལེན་ལ་སོགས་པ་དང་། ན་བ་གསེ་བར་བྱེད་
པའི་སྦྱོང་ལམ་དང་། ཟས། སྒྲན། དཔུང་རྣམས་ཀྱི་དོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས་ལ་
སོགས་པ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་སུ་
བསྟན་པའི་སེམས་ནི་བར་གནས་པའི་ཐབས་དང་། ལྷག་པར་རྒྱུད་སྡེ་རྣམས་སུ་
གསུངས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་རྣམ་བཞག་རྣམས་གང་འཆོམས་རེ་ཤེས་པར་བྱ་
ཞིང་བེད་སྦྱོང་བྱས་ན་དེ་ལ་ཕན་ཐོག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།

བདེ་བ་གཉིས་པ་ནི། མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་ལུས་འངའ་ལུས་སྒྲིང་སྒྲིང་དབྱེར་
མེད་ཡོངས་སྦྱོང་རྫོགས་པའི་སྦྱོང་དང་། སེམས་འོད་གསལ་བདེ་སྒྲིང་དབྱེར་མེད་
ཆོས་སྦྱིང་དགོངས་པ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་འདོད་པ་དེ་རེད། བདེ་བ་འདི་ཉིད་
དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོར་བབྱུང་ནས། འབད་བཙོན་བྱེད་མཁན་ནི་མི་ཉ་ཅང་ཉུང་
ཤས་ཞིག་སྟེ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་འཁོར་དང་ཡོངས་སྦྱོང་། ལྟོབས་དང་སྟན་
གྲགས་ལ་སོགས་པ་ཆོ་འདི་སྒྲིང་གི་བྱ་བཞག་ཐམས་ཅད་ཁྱིའི་སྟན་ན་རྩ་སྤངས་པ་
བཞིན་དུ་དོར་རྟེ། དཔེན་པའི་རི་བོད་དུ་ལུས་ཙ་ཐིག་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་འབྲུལ་
འཁོར་ལ་སྦྱང་ཞིང་། སེམས་འོད་གསལ་བདེ་སྒྲིང་གཞུག་པའི་ཤེས་པ་མ་ཡོངས་
པར་བསྐྱུངས་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་འོ་གོ་འཕང་ལ་
དམིགས་ཏེ་དཀའ་སྤྱད་འབད་བཙོན་བྱས་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གྱུང་
རེ་འགའ་བྱུང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། མི་ལ་རས་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་ལྟར་ཐ་མལ་པའི་
གནས་སྐབས་ཀྱི་མ་དག་པའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་དེ། དག་པ་རྩོ་རྩོ་གསུམ་གྱི་
སྦྱར་བསྦྱར་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ། གཙོ་བོར་རྒྱུད་སྡེའི་གཞུང་རྣམས་ལ་བརྟེན་
ནས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་གྱུང་། ཐོག་མར་སྟོབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་རང་རེ་ཐ་མལ་
པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལུས་འདིའི་གནས་ལུགས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ། གསེ་བ་རིག་
པའི་གཞུང་གི་གྲུབ་པ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ་སོགས་པ་གསེ་བ་རིག་གི་གཞུང་གང་
འཆོམས་ཞིག་ལ་མ་བསྐྱབ་ཐབས་མེད་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

རང་རེའི་ལུས་ལ་རང་ཆས་སུ་གནས་པའི་འབྱུང་བ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་

ཀྱི་ཅ་རྒྱུ་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོའི་གནས་ལུགས་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། སྦྱར་བ་བཞི་
 ལྟན་གྱི་སྒོ་ནས་རྒྱུ་སྦྱོང་ཞིང་། དབབ་ལྟོག་དཀྱུམ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཐིག་ལེ་སྦྱོང་
 པར་བྱས་ན་འབྱུང་བ་བཞིའི་དྲངས་བའི་ཆའི་རྒྱས་པ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་ལུས་ཀྱིས་
 ཁ་སྲ་བ་དང་། རྟ་རིགས་འགོག་པ། ཆོ་རིང་བ། ཤེས་རིག་གསལ་བ། ཟུངས་
 སྟོབས་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི། ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་སྦྱོང་བ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།
 གལ་སྲིད་དེ་ལས་ལྟོག་པ། ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་དྲངས་མ་འགྲིབ་ཅིང་སྒྲིགས་མ་
 འཕེལ་ན་ལུས་ལ་ན་ཆ་མང་བ་དང་། ཀས་རྒྱར་བ། དབང་པོ་རྒྱལ་བ་སོགས་ཀྱི་
 སྒོན་རྣམས་དུས་མིན་དུ་འབྱུང་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བརྟེན་ང་ཚོས་ཟབ་མོ་ནང་
 འོན་གྱི་གཞུང་དུ་བརྟན་པའི་ལུས་ཆགས་ཚུལ་དང་། ཆའི་གནས་ལུགས། རྒྱུ་གི་
 དབྱེ་བ་དང་རྒྱ་ཚུལ། ཐིག་ལེའི་རྒྱས་པ་བཅས་ཞིབ་མོར་བརྟན་ཡོད་པ་འདི་དག་
 ཤེས་པར་བྱས་ན། སྦྱར་བ་ཏང་གི་མི་རྣམས་ལ་ཆོ་རིང་བ་དང་ནད་མེད་པར་བྱེད་
 པའི་ཕན་པ་དང་། སྤྲན་པ་རྣམས་ལ་ལུས་སེམས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་ལ་ཕན་
 ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོང་བར་རེས།

ལེབ་དང་པོ།

མདོར་བསྟན་དང་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་བསྟན་པའི་འགྲེལ་བ།

ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱུ་ལྡན་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ།

འདིར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བཅམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཟབ་
 མོ་ནང་དོན་ཞེས་པ་འདི་ནི། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མཁས་ཀྱིས་མཛད་
 པའི་བསྟན་བཅོས་རི་རྒྱུད་ཅིག་དང་། བྱུང་པར་གསང་སྤགས་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་
 རྒྱུད་འགྲེལ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པའི་བཅུད། ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྟུན་ནས་ཟབ་
 མོ་ནང་གི་དོན་ཤེས་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ། གཞུང་འདི་བཅམས་ཤིང་།
 སྤྲུང་ཡང་རང་འགྲེལ་གྱིས་གསལ་བར་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་ཟབ་མོ་ནང་གི་
 དོན་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། རྗེ་བཅུན་ཏེ་ལོ་པས། ར་རོ་པ་ལ། དངོས་
 པོའི་གནས་ལྷགས་ལམ་དང་ནི། །འབྲས་བུ་སྟེ་བའི་རིམ་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་
 དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ལ་ལྷས་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་དང་། སེམས་དངོས་
 པོའི་གནས་ལྷགས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ལྷས་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ཞེས་པ་ཙུ་
 མིག་རྒྱུང་གསུམ་གྱི་དོན་དམ་པའི་གནས་ལྷགས་དང་། སེམས་དངོས་པོའི་གནས་
 ལྷགས་ཞེས་པ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་ལྷས་སེམས་
 གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ། མོག་མར་ད་ལྟ་རང་
 རེའི་ཐ་མ་པའི་ལྷས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་དེ་ཉིད། རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་ལས་གསུངས་པར་
 གཞིར་བྱས། གསོ་རིག་གི་གཞུང་ལྷགས་དག་དང་བསྟུན་ནས་ཙུ་མིག་རྒྱུང་གསུམ་
 ཀྱི་རོ་བོ་དང་། གནས་ལྷགས། འཁོར་བསྐྱོད། འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་གནས་
 ལྷགས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ།

དཔལ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལ་སྤྱད་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་པ་བོད་གངས་ཅན་པའི་ལྷལ་
 འདིར་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ལ། གཞུང་གི་མོག་མར་ཡི་གེའི་སྤྱད་ཏུ་

གཤམ་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིར་ལས་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་འགོ་བརྩམས་པ་ན།
བྱ་བ་དེ་ལོགས་ལམ་རུ་འགོ་བ་དང་། གོགས་དང་བར་ཆད་མི་ཡོང་པའི་ཆེད་རུ་
ཐོག་མར་གསོལ་འདེབས་དང་། སྤྱིན་བཅོལ་བྱ་བའི་ལུགས་འདི་ནི་ད་ལྟའི་བར་
རང་རེ་བོད་གངས་ཅན་པའི་ལུགས་ལ་གནས་ཡོད་པ་རེད། འདིར་གང་ལ་ཕྱག་
འཆལ་བའི་ཡུལ་ནི་དཔལ་རྩེ་རྩེ་འཆང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་དཔལ་ནི་སྤྱན་སྤྱུ་
ཚོགས་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཅི་ཞིག་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་
ན། བདེན་པ་གཉིས་དབྱེར་མེད་བདེ་སྟོང་བྱུང་འཁྱུག་ཡིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་
གདོད་མ་ནས་མི་སྤྱེད་པ་ཡིན་པས་རྩེ་རྩེ་དང་། དེ་རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་རུ་སོ་སོ་
རང་གི་རིག་པ་ནི་འཆང་བ་ཡིན་པས་ན་རྩེ་རྩེ་འཆང་ཞེས་བྲེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྩེ་རྩེ་
འཆང་དེ་ཡང་། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལ་ཡོད་པ་ལས། འདི་ནི་འབྲས་བུའི་རྩེ་རྩེ་
འཆང་རྒྱུད་སྟོན་པ་པོ་ཡིན་པས་ན་ཆེན་པོ་སྤྱི་ཐབས་སུ་སྤྱིར་བ་ཡིན།

མཆོད་བརྗོད།

གཅིག །དངོས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཆེན་དཔལ་ལྷན་

སྤྱི་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ།

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་ཐམས་ཅད་གཟིགས། །

སྤྱི་ནང་གཞན་གསུམ་དེ་ཉིད་སྟོན། །

གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་པ་སེལ། །

དཔལ་ལྷན་སྤྱི་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ། །

འདིའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ཞིག་ལ་འཆལ་ན།
རང་ལས་སྤྱི་མཐུན་གོང་མར་སྤྱིར་བ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ། དེ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་
པར་ཅི་ཞིག་དང་ལྷན་ནས་ཕྱག་འཆལ་ཞེ་ན། དོན་གཉིས་གྱི་དཔལ་དང་ལྷན་པ་
ཡིན་ཏེ། རང་དོན་རུ་རྩེ་རྩེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོན་སྤྱི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་
དང་། གཞན་དོན་རུ་རང་གི་མཁྱེན་པ་ནས་གཞན་ལ་མི་སྟོན་པ་རང་སངས་རྒྱས་
ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱགས་བཅེ་བ་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོས་

མཉམ་པར་གཟིགས་ནས། དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་བྱེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས། བར་རྩོ་
 རྩོའི་ལུས། གཞན་བསྐྱེད་རྩོགས་ཀྱི་རིམས་པ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་
 བདེན་གཉིས་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེའི་བྱེད་ལས་མི་
 ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་དང་། གཉིད་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས། སྟོམས་འཇུག་སྟེ་
 བཞི་པའི་གནས་སྐབས། སང་པའི་གནས་སྐབས་ཏེ་གནས་སྐབས་བཞིའི་སྒྲིབ་པ་
 སྤྱང་བ་ལས། སྤྱ་བཞི་པོ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་གནས་པ་དེ་དབང་དུས་སུ་
 བརྩའི་སྟོན་སྒྲིབ་པར་བྱས་ཤིང་། སྟོལ་བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་མངོན་སུམ་དུ་བསྐྱེད་
 པར་བྱེད་པ་ནི། ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་གི་དཔལ་དུ་གྱུར་པ་
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས། རྣམ་པ་དེ་དང་བཅས་པའི་སྤྱ་བདེ་བ་
 ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ།

ལྷན་སྐྱེས་གཅིག་དངོས་གཉིས་ཀྱི་བདག །

སྤྱ་གསུམ་ཙ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་ཅན། །

གནས་སྐབས་བཞི་པོ་སྤྱ་བཞི་ཉིད། །

སྤྱ་ལའི་བདག་ཉིད་ལ་ཕྱག་འཆོལ། །

དེའི་དོན་ནི། དེ་ལྷར་བདེ་སྟོང་བྱང་འཇུག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དཔལ་
 ལྷན་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་དང་། བཅས་པའི་སྤྱའི་དབྱེ་བས་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟན་
 པའི་སྤྱར། སྤྱར་ཡང་ཕྱག་འཆོལ་བ་སྟེ། སུ་ཞིག་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཞེ་ན། རོ་པོ་སེམས་
 ཉིད་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་དེ། རྣམ་པ་སྤྱ་གཅིག་ནས་ལའི་བར་གྱི་བདག་
 ཉིད་ཅན་དེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ལྷན་སྐྱེས་གཅིག་དངོས།
 ཞེས་པའི་དོན་ནི། ད་ལྷར་ང་རང་ཆོའི་ཐ་མལ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་འདི་
 ལ་རང་གཤེས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བདེ་བ་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་གནས་ཡོད་པར་
 རོས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་འདི་ལ་གཞི་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱ་འམ།
 གཞི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཉིད་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་པ་ཞེས་ཟེར། གལ་སྲིད་ང་རང་ཆོ་ཆོས་

སྒོར་ཞུགས་ནས་ལམ་བསྐོས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲིབ་བྱེད་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མ་
 དེ་དག་སྒྱུར་བའི་ཐབས་ལ་བཅོན་པའི་སྐབས་སུ། ལམ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་ཟེར།
 གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་ཉིད་དེ་ལ་ལམ་རུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེ་ཟེར། ལམ་སྒྱུར་པ་
 མཐར་ཐུག་ཅིང་། ཉོན་སྒྲིབ་དང་ཤེས་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ན་འབྲས་བུ་ཐོབ་
 ཟེར། འབྲས་བུའི་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ཉིད་ལྟན་སྐྱེས་དེ་ལ་འབྲས་རུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེ་འཕུལ།
 གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་སྐྱེ། རྩི་རྩེ་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་མདོན་རུ་གྱུར་པ་ཡིན་
 བོ། །གཉིས་ཀྱི་བདག་ ཅེས་པའི་དོན་ནི། གཞི་རུས་ཀྱི་སེམས་ཉིད་ལྟན་གཅིག་
 སྐྱེས་པ་སྤང་སྒྲོང་བྱེད་འཇུག་རུ་གནས་པ་དེ་ཉིད། ལམ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་འཇུག་
 གིས་སྒྱུར་པས། འབྲས་བུ་སྐྱེ་གཟུགས་སྐྱེ་དང་། ཆོས་སྐྱེ་གཉིས་བྱེད་འཇུག་མདོན་
 རུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིན། །སྐྱེ་གསུམ་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་ཅན། ཞེས་པའི་དོན་ནི། གཞི་རུས་
 ལྷ་རང་རེའི་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོ་འདི་དག། ལམ་བསྐྱེད་
 རིམ་དང་། རྩིགས་རིམ། རྒྱུད་འཇུག་གསུམ་གྱིས་སྒྱུར་པས། འབྲས་བུ་རྩི་རྩེ་གསུམ་
 མཐུ། ཆོས་སྐྱེ། མོངས་སྐྱེ། ལྷ་ལ་སྐྱེ་སྐྱེ་གསུམ་མདོན་རུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིན། །གནས་
 སྐབས་བཞི་པོ་སྐྱེ་བཞི་ཉིད། ཅེས་པའི་དོན་ནི། གཞི་རུས་གཉིད་དང་། རྩིམས་
 འཇུག་ ཁྲི་ལམ། སད་པ་བཅས་གནས་སྐབས་བཞི་པོའི་སེམས་ཉིད་དེ་དག་ ལམ་
 ཐུག་རྒྱ་བཞིས་སྒྱུར་པས། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བཞི་མདོན་རུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིན་པོ། །སྐྱེ་
 ལཱི་བདག་ཉིད། ཅེས་པའི་དོན་ནི། གཞི་རུས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལྷ་དང་། ལམས་ལྷ།
 ཉོན་མོངས་ལྷ་སྐྱེས་ལྷ་ཆོན་ཀྱི་ཆོས་དེ་རྣམས། ལམ་རིགས་ལཱི་བསྐྱེད་རྩིགས་
 ཀྱིས་སྒྱུར་པས། འབྲས་བུ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་སྐྱེ་ལྷ་རུ་གྱུར་སྟེ། (1) དེ་
 ཡང་གཟུགས་སྤང་དག་པ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་དང་དེ་མཆོན་བྱེད་རྣམ་པ་སྤང་
 མཛད་ཀྱི་སྐྱེ། དེ་ལ་གཏི་ལུག་རྣམ་དག་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ཟེར། (2) རྣམ་
 ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་དག་པ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས། དེ་མཆོན་བྱེད་མི་བསྐྱེད་པའི་སྐྱེ་ལམ་རྩི་
 རྩི་སེམས་དཔའི་སྐྱེ། དེ་ལ་ཞེ་སྤང་རྣམ་དག་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཟེར། (3) ཆོར་བའི་
 སྤང་པོ་དག་པ་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། དེ་མཆོན་བྱེད་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྷན་ཀྱི་སྐྱེ། དེ་
 ལ་ང་རྒྱལ་རྣམ་དག་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཟེར། (4) འདུ་ཤེས་དག་པ་སོར་རྩིག་

ཡེ་ཤེས། དེ་མཚོན་བྱེད་འོད་དཔག་མེད་པའི་སྒྲ། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་རྣམ་དག་
སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཟེར། (༥) འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་དག་པ་བྱ་བྱུང་ཡེ་ཤེས། དེ་
མཚོན་བྱེད་དོན་ཡོད་ཀྱུང་པའི་སྒྲ། དེ་ལ་ཕྱག་དོག་རྣམ་དག་བྱ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཟེར།

རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་པོ་དེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་རིགས་ལྷ་རེ་དབྱེ་བས་ཉེར་ལྷ་དང་།
དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་དབྱེ་བས་ལྷ་བརྩ། དེ་ལྟས་བསམ་གཉིས་ཀྱིས་དབྱེ་
བས་རིགས་བརྒྱར་འགྱུར་རོ། རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བ་དག་རྩི་རྩེ་འཆང་ཞེས་པའི་
དོན་ཡང་དེ་ཡིན། འདི་དག་ཀྱང་རག་པ་ཡིན་གྱི། སྤྱ་བར་དབྱེ་ན་རིགས་མཐའ་
ཡས་པར་འགྱུར་ཏེ། དབྱེས་རྩིར་ལས། རིགས་ནི་ལྷ་པོ་དེ་ཉིད་ལས། རྟོང་ཕྱག་དུ་
མ་སྒྲིམ་པ་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་འདི་དག་རང་བཞིན་གཅིག །བདེ་ཆེན་མཚོག་དུ་ཕན་
པ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ནི་རང་རེ་སོར་སྒྲུབ་པ་སྒྲ་དང་ཞིང་
ཁམས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་འདི་དག་དོན་དམ་པ་ན། སེམས་ཅན་རང་རང་གི་ལྟས་
སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཁམས་ལས། གཞན་ཕྱི་རོལ་ན་གནས་པའི་སྒྲ་དང་ཞིང་ཁམས་
བདེན་པས་གྱུང་པ་ཞིག་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་མ་དག་པའི་
གནས་སྐབས་ཀྱི་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལྟས་དང་། ཅ་ཐིག་རྒྱང་གསུམ། ཀྱན་གཞི། ཉོན་
ཡིད། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་དུག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་བཞག་འདི་རྣམས། དག་ཆ་
མངོན་དུ་གྱུར་པའི་དུས་ཀྱི་བདེ་རྟོང་གི་ངོ་བོ་དེ་དག་རྣམ་པ་སྒྲ་དང་ཞིང་ཁམས་
ཀྱི་གཞུགས་སུ་བཀོད་ནས་བརྗོད་པ་ནི། ཐ་མལ་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་གོ་
བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། རྟོང་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ།

དངོས་གཅིག་ཚས་ཀྱན་རང་བཞིན་ཅན། །

དབུ་མའི་རང་བཞིན་བདེ་གཅིག་ཉིད། །

གང་མཐར་སྒྲིམ་པའི་རང་བཞིན་ཅན། །

ལྷ་མོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །

འདིར་ཕྱག་འཆོལ་བའི་ཡུལ་སུ་ཞེ་ན། བདེ་ཆེན་གྱི་ཡུམ་ལྷ་མོ་དེ་ལ་ཕྱག་
འཆོལ་ལོ། དེའི་མཚན་ཉིད་རྩི་རྩེ་ལྷ་སུ་ཞེ་ན། རྟོང་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། ཕུང་

ཁམས་སྤྱི་མཆོད་ལ་སོགས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་བྱུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་
བཞིན་ནམ་དངོས་པོ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཞིང་། སྟོང་
ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ནི་དབུ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་དང་མཚན་མའི་མཐའ་ཐམས་
ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། དེ་བདེ་ཆེན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། གདོད་མ་ནས་བདེ་བ་
དང་འབྲེལ་མ་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། བདེ་ཆེན་དེ་ཉིད་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཙ་
ཐིག་རྒྱུང་གསུམ་སྟེ། ཙ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་བྱེད་དབུ་མ། རྒྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་
བྱེད་དབུ་མ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་། ཐིག་ལེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་བྱེད་ཙ་བ་སྟོན་བྲལ་གྱི་
ཐིག་ལེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་གང་ཞིག་མཐར་ཐུག་སྟེས་པ་སྟེ་འཆར་
བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་སྟེ། མཐོང་སྟོན་གཉིས་ཀ་རྩོགས་པའི་མཐར་ཐུག་མཐའི་རྟོ་
རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་སྤྱིབ་པ་གཉིས་བཅོམ་པའི་མཐར། འབྲས་བུ་སྟོང་པ་
ཉིད་ཀྱི་རོ་བོ་འཆར་བ་དེ་ཉིད་མཚན་པའི་རྣམ་པ་ནི་ངེས་དོན་གྱི་ལྟ་མོ་སྟོ་ཆོགས་
ཡུམ་དང་། རྟོ་རྩེ་ཕག་མོ། བདག་མེད་མ་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་མོ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་
ཡིན་ནོ། །

བཞི། བཤད་པ་དམ་བཅའ་བ།

རྒྱུད་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་གསང་བ་གང་། །

རྒྱལ་བས་སློན་ན་མེད་པར་སྟེ། །

མཐའ་དུག་གིས་བཅིངས་ནང་གི་དོན། །

ཕྱི་ནང་ཉན་ཐོས་སྟོན་ཡུལ་མིན། །

པ་རོལ་ཕྱིན་པར་རབ་གསང་བ། །

ལུས་སེམས་ནང་གི་བདག་ཉིད་བཤད། །

གང་བཤད་པར་བྱ་བ་ནི། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་སྤྱི་
དང་། ནང་གི་བདག་ཉིད་རྟོ་རྩེའི་ལུས་དང་རྟོ་རྩེའི་སེམས་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་དེ་
ཤིན་ཏུ་རྩོག་པར་དཀའ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་རྩོག་
པར་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། བྱ་སྟོན་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་སྟེ་ཀྱན་ཏུ་ཙ་རྒྱུང་
ཐིག་ལེའི་གནས་རྩིས་དང་། དབང་བཞི་པའི་ལམ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གསང་བ་

ཡིན་པ་གང་ཞིག་རྒྱལ་བས་རྣལ་འབྱོར་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་རྒྱུ་འདིར་དོ་རྒྱུ་ཆེའི་ཆོག་གིས་ཅུང་ཟད་བྱེས་ནས་བསྟན་པ་དང་། དོ་རྒྱུ་ཆེའི་ཆོག་དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བརྒྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མཐའ་དུག་གིས་བཅིངས་པའི་ནང་གི་དོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། མཐའ་དུག་ནི། རྫོང་བྱེད་ལ་སྤྲེ་འི་བཞིན་པ་དང་འི་བཞིན་མ་ཡིན་པ་གཉིས། བརྫོང་བྱ་ཀྱན་རྫོང་ལ་དུང་ངེས་གཉིས། དོན་དམ་ལ་དགོངས་པ་ཅན་དང་དགོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཉིས་བཅས་དུག་གོ། དེ་ལྟ་བུ་མཐའ་དུག་གིས་བཅིངས་པའི་ནང་གི་དོན་དེ་ནི། སྤྱི་རོལ་ལྷ་སྟེག་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཁྱེགས་པ་རྣམས་དང་། རྣང་པའི་གྲུ་མཐའ་ལ་ཡང་། ཐོས་དམན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ལྷ་གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་པར་དཀའ་བས་དེ་དག་གིས་སྟོང་ཡུལ་མིན་པ་མ་ཟད། ས་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྱེགས་གཅིག་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས། སེམས་གཡེང་བའི་མིང་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡང་། རབ་ཏུ་གསང་བར་བྱ་བའི་ལུས་སེམས་ནང་གི་བདག་ཉིད་བཤད་པར་བྱའོ།

ལྷ། ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟིང་པོ་མདོར་

བསྟན་ནས་བསྟན་པ།

དྲི་མེད་རྒྱལ་བའི་སྟིང་པོ་ནི། །

མ་དག་མ་དག་དག་པ་དང་། །

ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གོ་རིམ་བཞིན། །

སེམས་ཅན་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན། །

གསུངས་སྤྱིར་དེ་དོན་རྟོགས་པར་བྱ། །

འདི་ནི་གསང་སྟགས་དོ་རྒྱུ་ཆེའི་ཆོག་པའི་བརྫོང་བྱའི་གཙོ་པོ་ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟིང་པོ་ཉིད་གཏན་ལ་འབབས་ཅིང་རྟོག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། འོ་ན་གནས་དེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཡིན་པས་དྲི་མ་མེད་ཅིང་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནམ་གཤིས་ཚུལ་ཡིན་པས་ན་རྒྱལ་བའི་སྟིང་པོ་ཞེས་བྱ། དེ་

ནི་མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་དང་། མ་དག་དག་པའི་གནས་སྐབས་
 སུ་ལམ་ལ་གནས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གི་སྐབས་
 སུ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་སུ་རིམ་པ་འགྱུར་བའི་ཚུལ། རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུད་
 རྣམས་དང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་འང་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་
 འོན་ཏྲོགས་པར་བྱའོ། དེ་ཡང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པའི་འཁོར་བ་
 དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་ནི་མ་དག་པ་དང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ལས་
 གྲོལ་ཡང་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལས་མ་གྲོལ་བའི་གནས་སྐབས་ནི་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གྲོལ་བ་ན་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཞེས་བྱའོ།

དུག །དུམ་བུར་བཅུ་གཅིག་གི་རིས་པར་བསྟན་པ།

ཐོག་མར་རྒྱ་རྒྱུ་བསྟན་པ་དང་། །

མངལ་སྐྱེས་ལྷས་ནི་འགྲུབ་པའི་ཚུལ། །

དེ་ཉིད་ཅ་ཡི་རྣམ་བཤད་དང་། །

རྒྱང་ནི་གནས་དང་རྒྱ་བའི་ཚུལ། །

ཐིག་ལེ་རི་ལྷར་རྒྱ་བ་དང་། །

རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་འབྲལ་བའི་དོན། །

དེ་དག་སྟོད་ལ་སྦྱར་བ་དང་། །

བསྐྱེད་པའི་ལྷ་རྣམས་གང་ཡིན་དང་། །

ཚོས་ཀྱི་སྦྱངས་གཞིར་བསྟན་པ་དང་། །

ལམ་གྱི་རིམ་པར་བསྟན་པ་དང་། །

དེ་རྣམས་འཇིག་ཅིང་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ། །

རྒྱལ་བས་བསྟན་པ་བཞིན་བཤད་བྱ། །

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅས་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡོངས་སུ་
 རྟོགས་པ་དེ་དུམ་བུ་བཅུ་གཅིག་གི་སྟོན་བསྟན་ཡོད་པར།

༡ མདོར་བསྟན་པའི་སྟོན་རྒྱ་རྒྱུ་སྤྲོ་བསྟན་པ་དང་།

༢ བསྐྱེད་རིམ་གྱིས་སྦྱངས་གཞི་ལྷས་གྲུབ་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས་མངལ་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷས་

གྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱི་བྲག་རྩ་བསྟན་པ།

༩ ལུས་དེ་ཡང་སྤ་བ་ཙུང་ལ་རག་ལུས་པས་ཚའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས་ཚའི་
ནམ་བཤད་བསྟན་པ།

༡༠ ཙུང་དེ་དག་རྩ་རྒྱ་བའི་རྒྱང་གི་གནས་ལུགས་དང་རྒྱ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།

༡༡ རྒྱང་དང་ལྟན་ཅིག་དྲངས་སྟོན་གི་ཐིག་ལེ་ནམས་ཙུང་ནང་རྩ་གནས་ཤིང་རྒྱ་བས་
ན་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་བསྟན་པ།

༡༢ གནས་སྐབས་བཞིའི་ནམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་དང་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བའི་
ཚུལ་བསྟན་པ།

༡༣ ལུས་ལས་སྤྱི་རོལ་རྩ་གྲུབ་པ་གཞན་མེད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ནང་གི་ལུས་
ཉིད་ཕྱིར་སྟོང་དང་སྐྱར་ཚུལ་བསྟན་པ། ༡ ཕྱི་ནང་གཉིས་པོའི་གནད་དེ་ནམས་
གཞན་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལྟ་ནམས་དང་སྐྱར་ཚུལ་བསྟན་པ།

༡༤ སྤང་གཉེན་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབས་གཞི་དང་སྟོང་བྱེད་བསྟན་པ།

༡༥ ཙུང་ཐིག་རྒྱང་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་འཆིངས་བ་དེ་ཉིད། ཐིག་པ་སོ་སོའི་ལམ་གྱི་རིམ་
པ་དང་སྐྱར་ཚུལ་བསྟན་པ།

༡༦ ཙུང་རྒྱང་ཐིག་ལེ་སྐྱད་པའི་རིམ་པས་ལུས་འཇིག་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ།

དེ་ལྟར་རུམ་བུར་བརྩམས་པའི་ལོ་ཉིད་རྒྱལ་བས་ནམ་འཁྱོར་པ་མའི་རྒྱུད་སྤེ་
ནམས་སྤྱི་རོལ་བར་བསྟན་པར་བཞིན་རུན་འདྲིར་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། གྲོལ་འབྲུལ་གྱི་གཞི་མདོར་བསྐྱེད་ནམ་བཤད་པ།

གཅིག །སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་བཤད་པ།

རྒྱ་ལོ་སེམས་ཉིད་ཐོག་མེད་ལ།

རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་རྒྱང་མ་མཆིས་ཀྱང་། །

དེ་ཉིད་མ་འགགས་རོལ་པ་ལས། །

རོ་བོ་སྟོང་ལ་རང་བཞིན་གསལ། །

ནམ་པ་འགག་མེད་ཅིར་ཡང་འཆར། །

མེས་མ་ནི་མ་རིག་པ་ས་འབྲུལ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གང་མ་རིག་ཞིན། མེས་མ་
ཉིད་རང་གི་རོ་སོ་གདོད་མ་ནས་དག་པ་དེ་རང་གིས་རང་མ་རིག་ཞིང་། ཚུལ་རི་
ལྟར་མ་རིག་ཞིན། འདུ་བྱེད་ཡིད་ཀྱིས་གཡོ་བ་རྒྱ་རྒྱུན་ལྷ་རྒྱུང་བའི་ཡིད་དང་། དེ་

ལ་བརྟེན་ནས། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་ཀུན་རྟོག་ལས་མ་རིག་པ་སྐྱེ་ཞིང་།
 དེ་ལ་འདུ་བྱེད་གྱིས་ལས་བསགས་པས་འཁོར་བ་གྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ན་སེམས་མ་
 དག་པའམ་ཀུན་གཞི་དེ་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱ་དང་། ཡིད་གཉིས་ནི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། དེ་
 གཉིས་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱབས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལྟ་
 ལུ་སྟེ། ཀུན་གཞི་ལས་ཡིད་དེས་རྒྱ་རྒྱབས་ལྟ་བུར་ཡང་ཡང་དུ་གཤམ་པ་ལས་
 འཁོར་བ་གྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཀུན་གཞི་ལས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་
 བྱང་། ཡིད་དེ་ལས་ཚྷགས་དྲུག་གི་རྣམ་ཤེས་བྱང་། ཚྷགས་བརྒྱན་པོ་དེས་དགེ་མི་
 དགེ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་བག་ཆགས་འཛོག་སྟེ། ལས་གྱི་བག་ཆགས་དེ་གཟུང་འཛིན་
 གྱི་བག་ཆགས་གྱིས་གསོས་ནས། ཀུན་གཞི་རྒྱས་ཤིང་རྒྱན་མི་ཆད་པར་བྱེད་དོ།
 ཉོན་ཡིད་ཅེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལུ་མ་ཅུ་པར། དེ་ལ་གནས་དེ་རབ་
 བྱང་ཞིང་། །དེ་ལ་དམིགས་པས་ཡིད་ཅེས་བྱ། །རྣམ་ཤེས་ངར་སེམས་བདག་ཉིད་
 ཅན། །བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ། །ཉོན་མོངས་བཞི་དང་རྟག་དུ་འགྲོགས།
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འོ་ན་ཡིད་གཉིས་གང་ཞེ་ན། ཐེག་བསྟུས་ལས། ཡིད་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་
 སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་གནས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་
 མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཡིད་རྟོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཀུན་གཞི་ལས་ཚྷགས་
 དྲུག་སྐྱེ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བའི་ཡིད་དང་། ཉོན་མོངས་པ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཡིད་གཉིས་ཡིད་ལ། ཡིད་སྤྲུལ་ནི་དཀར་པོའི་ཚོས་དང་འགྲོགས་པ་ལས་སངས་
 རྒྱས་བྱང་རྒྱབ་གྱི་རྒྱར་འགྱུར་ཞིང་། ཉོན་མོངས་པ་བཞི་དང་འབྲེལ་བ་ལས་འཁོར་
 བའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཡིན། ཐར་རྣམ་ཤེས་ཚྷགས་བརྒྱད་དུ་བྱེད་པའི་ཆོ་ཡིད་གཉིས་
 གཅིག་དུ་བྱས་ནས་ཉོན་ཡིད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་སྟེ། འདི་ལ་ཉོན་མོངས་པ་བཞིས་
 འབྱུང་བའི་ཆ་ནས་ཉོན་ཡིད་དང་། རྣམ་ཤེས་གཞན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་
 ཡིད་གྱི་ཁམས་དང་། ཡིད་གྱི་དབང་པོ། ཡིད་གྱི་སྐྱེ་མཆེད། དེ་མ་ཐག་ཡིད་ཅེས་
 སོགས་བརྗོད་དོ། །

འདིར་ཐག་ཁྲ་མཐོང་བ་དང་དེ་ལ་སྦྱལ་དུ་འབྲུལ་བ་ལྟར། རོ་བོ་གཅིག་གྱང་

བྱེད་ལས་ཀྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་ཏེ། ཐེག་བསྟན་ལས། དེ་ལ་ཡིད་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་
 ཏེ། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་བྱེད་པས་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགག་
 མ་ཐག་པའི་ཡིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་གནས་དང་། གཉིས་པ་ཉོན་མོངས་པ་
 ཅན་གྱི་ཡིད་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་ཞེས་སྟགས་དང་། རང་བྱུང་ཞབས་ཉིད་གྱིས་
 གྱུང་། །དེ་མ་ཐག་དང་ཉོན་ཡིད་གཉིས། །དུག་པོ་སྐྱེ་དང་འགག་པ་ཡི། །རྒྱུ་
 ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་པ་ཡིན། །ཆོགས་དུག་སྐྱེ་ཅིག་སྐྱེ་འགག་གི། །གངས་བཞིན་དེ་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། །རྣལ་འབྱོར་ལྟ་པའི་ཡིད་དང་ནི། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་
 འདི་ཤེས་འགྱུར། །ཞེས་དང་། མཛོད་ལས། དུག་པོ་འདས་མ་ཐག་པ་ཡི། །རྣམ་ཤེས་
 གང་ཡིན་དེ་ཡིད་དོ། །ཞེས་པའི་ཡིད་དེ་ཡང་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་འགག་གི་གཞི་དེ་ཉིད་
 ཡིན་དགོས་ཏེ་དུག་པོ་འགག་ཅམ་དེ་ནི་འགག་པ་ཡིན་པས་རྒྱུར་མི་རུང་ལ། རྣམ་
 ཤེས་སྣ་མ་འགག་པ་ལས་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན་རྒྱུ་འབྲས་རིག་མི་མཐུན་པར་འབྱུང་
 བའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་བཞི་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ། བདག་ཏུ་མོངས་པ། བདག་
 ཏུ་ང་རྒྱལ་བ། བདག་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་བཞིའོ། །

༡ ཆོགས་དུག་དང་ཕྱུང་པོ་ལྷའི་རིམ་པ་བསྟན་པ།

དོན་དང་འཛིན་པ་གཉིས་སྟངས་ལ།

རང་གིས་རང་ལ་གཏད་ཅིང་གཟུང་། །

ཡིད་དེ་ཕྱིར་འགྱུས་སྟངས་ཆ་ལས། །

ཡུལ་ལ་དོན་གཟུང་རྣམ་ཤེས་བྱུང་། །

སྒྲུང་དོར་བྱེད་ལས་ཆོར་བ་སྐྱེ། །

དེ་ལ་མཆོན་འཛིན་འདུ་ཤེས་ཏེ། །

འདུས་བྱས་ཡུལ་སྟངས་གཞན་ཏུ་བརྟགས། །

ཞེན་པས་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱུང་པོ་གྲུབ། །

དེ་ལྟར་ཀུན་གཞི་ལས་རྒྱ་རྒྱུ་ལྷོ་བསྟན་གཡོས་པ་ལས་ཆོགས་དུག་ཡུལ་ལ་འབྲུལ་
 ཚུལ་ནི། དོན་གཟུགས་སྟགས་ཡུལ་དུག་དང་། འཛིན་པ་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ལ་
 སྟགས་པའི་རྣམ་ཤེས་དུག་པོ་གཉིས་དོན་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་ཀྱང་། བག་ཆགས་

གྱིས་དབང་གིས་གཉིས་སུ་སྒྲུབ་བའི་ཤེས་པ་སྟེ་ལ། ཤེས་པའི་ཆ་ཡུལ་རང་གིས་
 རང་ལ་རྣམ་པར་གཏད་ཅིང་། བཟུང་བ་ལས་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་
 པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་སྒྲུབ་བ་སྟེ། དེ་ནས་སྒྲུབ་བ་དེ་ཡུལ་ལ་མཆེད་པའི་མཆེད་པ་
 སྟེ། དེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་བས་ཡུལ་ལ་ཐོབ་པ་སྟེ་བ་ཡིན། ཆོགས་དྲུག་
 གི་སྒྲུབ་བ་སྐད་ཅིག་མ་དེའི་རང་དོ་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་ཀྱང་། སྐད་ཅིག་མ་དེ་ལས་
 ལུ་མཐུད་ནས་ཡིད་དེ་སྤྱིར་འབྱུངས་པའི་སྒྲུབ་ཆ་ལས། ཡུལ་དེ་ཉིད་ལ་དོན་རྒྱ་
 བཟུང་བ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལས་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དྲུག་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་
 དཔེར་ན། མི་ལམ་གྱི་གཟུགས་ལ་མི་ལམ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གཟུགས་སུ་ཞེན་པ་ལྟར་རང་
 སེམས་གྱིས་རང་སེམས་ལ་རྣམ་པར་གཏད་ཅིང་། བཟུང་བས་ཆོགས་དྲུག་འབྱུང་བ་
 ཡིན་ནོ། །

ཕུང་པོ་ལྷ་གྲུབ་པའི་གོ་རིམ་ནི། གོང་རྒྱ་བརྟན་པའི་ཆོགས་དྲུག་པོ་དེ་ནི་རྣམ་
 ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་ལ། རྣམ་ཤེས་དེས་ཡུལ་ཡིད་རྒྱ་འོང་བ་བྲང་བྱ་དང་། མི་
 འོང་བ་དེ་དོར་བྱ་དང་། བར་མ་ལ་བཏང་སྟོམས་བྱེད་པ་དེ་ལས་ཆོར་བའི་ཕུང་པོ་
 སྟེ། ཆོར་བ་དེས་ཡུལ་བདེ་རྒྱལ་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ལ་མཚན་མར་འཛིན་པས་
 འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲོས་འདུས་བྱས་པའི་ཡུལ་སྒྲུབ་སྤྱི་ཆོགས་པ་དེ་
 རྣམས། བདག་ལས་གཞན་རྒྱ་བཏགས་ནས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་གྲུབ། འདུ་བྱེད་
 དེས་ཡུལ་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་པས་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། རྒྱ་རྟེན་གྱི་དབྱེ་བ་བརྟན་པ།

ཁམས་ལྷ་རྣམ་པར་ཤེས་དང་དྲུག །

རྒྱ་ཞེས་རྟོག་པས་ཐ་སྐད་བྱས། །

དེ་ཡི་བག་ཆགས་ཀྱན་གཞི་ལ། །

བསགས་པ་རྒྱ་ཡི་རྟེན་ཞེས་བྱ། །

བདག་རྟེན་བར་རྒྱ་སྒྲུབ་བ་ཡི། །

མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་ཡིན། །

དམིགས་པའི་རྟེན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས། །

ཡུལ་དུ་སྤང་བའི་རིག་བྱ་ཏེ།

གང་གང་འགགས་པ་དེ་མ་ཐག།

ཡིན་ཏེ་དུག་པའི་ཡིད་དང་བཅས།

ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དུག་ནི། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་སྤོང་པ་སྟེ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་འཁམས་
དང་ལྟ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བཅས་དུག་པོ་དེ་དག་ནི་སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ཉོག་པས་ཐ་སྟོན་བྱས་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་སྦྱོང་བའི་
རྒྱུ་བཞི་ནི། དང་པོ། སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱང་གཞི་ལ་བསགས་
པ་དེ་རྒྱ་ཡི་རྒྱུ་ཟེར་སྟེ། དེ་མེད་ན་སྤོང་བཅུད་རྣམས་སྤང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་
གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ། བདག་རྒྱུ་ནི་ཡུལ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྤང་
པའི་མིག་ནས་ཡིད་ཀྱི་བར་དབང་པོ་དུག་པོ་དེ་དག་ཡིན་ལ། མཚན་གཞི་ནི་མིག་
གི་དབང་པོ་ཟ་མའི་མེ་ཏོག་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དང་
བའི་རྒྱལ་རིགས་ལྟ་བུ་དེ་དག་ཡིན་ནོ། ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ནི། ཆོགས་དུག་སྦྱོང་བའི་
གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཡིད་དེའི་སྤོང་ན། མིག་ཤེས་ཡུལ་ལ་འརྒྱལ་བའི་རྒྱས་པ་བྱུང་
པར་ཅན་དང་། རྣམ་ཤེས་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་འརྒྱལ་བའི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་ཅན་སོགས་ཡོད་
པ་དེ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། གསུམ་པ། དམིགས་རྒྱུ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་
རྣམས་ཏེ། རྣམ་ཤེས་རང་རང་གི་ཡུལ་དུ་སྤང་བའི་རིག་བྱ་དེ་རྣམས་ཡིན་ནོ།
བཞི་པ། དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ནི་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་པོ་གང་གང་འགགས་པ་དེ་མ་ཐག་
པ་དེ། རྣམ་ཤེས་སྤྱི་མ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། དུག་པའི་ཡིད་དང་བཅས་པའི་
ཆོགས་དུག་གི་སྤྱི་མ་འགག་པ་དེ། སྤྱི་མ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཡིན་
པའི་སྤྱིར་རོ། དཔེར་ན་མིག་ཤེས་སྤྱོད་ཅིག་དང་པོ་དེ་མིག་ཤེས་སྤྱོད་ཅིག་གཉིས་
པ་སྦྱོང་བའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་རོ།

བཞི་པ། གནས་སྐབས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལའདྲ་པ།

༡ མ་དག་པའི་གནས་སྐབས།

དེ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུར་འབྲེལ་ལས།

འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱང་སྤང་བར་གྱུར།

སྲིད་ལེན་མཆམས་སྒྱུར་སྲིད་པ་གྲུབ། །
 གཟུགས་མེད་གཟུགས་ཁམས་འདོད་པའི་ཁམས། །
 རིམ་བཞིན་ཡུལ་ལ་མཆོན་འཛིན་པ། །
 རྒྱུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡིན། །
 ཐམས་ཅད་སྒྲུང་དོར་རྟོག་པ་ཡིས། །
 དག་དང་མི་དག་ལྷུང་མ་བསྟན། །
 རྣམ་གསུམ་འདུ་བྱེད་སྒྲེན་ལས་ནི། །
 བདེ་སྤྱད་སྒྲོམས་འདུག་བཅས་པ་ཡི། །
 འབྲས་བུ་སྒྲེ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན། །
 སེམས་ཉིད་མ་དག་གནས་སྐབས་ཡིན། །

དེ་ལྟ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་སྒྲེན་བཞིས་བསྐྱེད་པ་ལས། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་
 གཉིས་ལྷགས་འབྲུང་ལྷགས་ལྷོག་གཉིས་ཀྱིས། འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱང་བསྐྱེད་
 རིམ་དང་སྤྱད་རིམ་གྱི་རྣམ་པ་འདི་དག་སྤྱང་བར་གྱུར་སྟེ། མ་རིག་པ་དང་། འདུ་
 བྱེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་འཕེན་བྱེད། དེས་འཕངས་པས། མིང་གཟུགས་
 དང་། སྒྲེ་མཆེད། རིག་པ། ཆོར་བ་བཞི་པོ། ཆོར་བ་དེས་བསྐྱེད་པའི་སྲིད་པ་དང་
 ལེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་མཆམས་སྒྱུར་སྟེ། སྲིད་པ་འགྲུབ་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་ནི་གྲུབ་པའི་
 ཡན་ལག་ཡིན། དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་ལ་སྒྲེ་བ་དང་། ཆ་ཤི་གཉིས་ནི་གྲུབ་པའི་འབྲས་
 བུ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་ལ་
 གྲུབ་པོ། །

དེ་ལྟར་སྲིད་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་མཆམས་སྒྱུར་ནས་འགྲུབ་པའི་སྲིད་པ་དེ་ལས་
 གཟུགས་མེད་སྒྲེ་མཆེད་ལུ་བཞི། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིགས་བརྒྱ་བདུན། འདོད་
 ཁམས་སྲིད་པ་བརྒྱ་གཅིག་རྣམས་ཡིན་ལ། རིམ་བཞིན་རྒྱ་གཟུགས་མེད་པ་ནི་
 གཟུགས་དང་འདོད་པའི་སྤྱང་བ་འགག་པས་ན་མཆོན་འཛིན་རྒྱུང་རྒྱ། གཟུགས་
 ཁམས་ནི་འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། བསམ་གཏན་ལ་གནས་པས་ན་
 མཆོན་འཛིན་འབྲིང་བ། འདོད་ཁམས་པ་ནི་འདོད་ཡོན་ལྷ་ཁ་ལ་ཆགས་ཤིང་རྣམ་

རྟོག་དང་ལྷན་པས་ན་མཆོན་འཛིན་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཁམས་གསུམ་པོ་
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་སུ་རོ་གཅིག་པར། མ་ཤེས་པར་བླང་དོར་རྒྱ་རྟོག་པ་ཡིས།
 དགེ་བས་མཐོ་རིས་ལྷ་མི་དང་། མི་དགེ་བས་ངན་སོང་གི་གནས། རྒྱ་རྟོགས་
 འཇུག་གི་བསམ་གཏན་གྱི་གཟུགས་ཁམས་དང་། ལྷག་མཐོང་དང་བལ་བའི་ཞི་
 གནས་ཕྱོགས་གཅིག་པས་གཟུགས་མེད་ཁམས་རྣམས་འབྱུང་ཅིང་། དེ་ལྟར་འབྲས་
 བྱ་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་མ་བལ་བས་ན་སེམས་ཉིད་
 མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ནོ། །

༢ གཉིས་ལྷན་གྱི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

དྲི་མ་དེ་ཉིད་སྒོ་བྱར་བར། །

ཤེས་ནས་ཐབས་དང་བཅས་སྦྱོང་བ། །

ལམ་པ་ཞེས་བྱར་རྒྱལ་བས་གསུངས། །

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དྲི་མ་མེད་པ་ཡིན་ལ། ཉོན་མོངས་། ཤེས་བྱ། རྟོགས་འཇུག་
 རྟེ་ཐེག་པ་སྦྱི་ལ་གཤམ་པའི་སྦྱིབ་པ་གསུམ་དང་། གསང་སྤགས་ལས་བཤད་པའི་
 འཕོ་བའི་བག་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱིབ་པ་རྣམས་ནི། སྒོ་བྱར་བ་ཡིན་པས་གནས་
 རྒྱལ་ལ་མ་ཞུགས་ཤིང་འབྲལ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས། ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་
 གཉིས་དང་། ཐེག་ཆེན་པའི་ལམ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་ཆེན་
 པོ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་བསྐྱེད་ཚྭ་གས་གཉིས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཐབས་དང་། བཅས་པས་སྦྱོང་
 ཞིང་། ལམ་ལྷ་དང་། ས་བཅུ་པོ་གང་བྱུང་ལ་གནས་པའི་བདེ་གཤེགས་སྦྱིང་པོ་དེ་
 ལ་ལམ་པ་ཞེས་རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུད་རྣམས་སུ་གསུངས་སོ། །དེ་ནི་དག་དང་མ་དག་
 པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ཏེ། ཉོན་རང་གི་ལམ་རྒྱ་བདག་མེད་བྱེད་གཉིས་ཀྱིས་དག་
 ཅིང་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་མ་དག་པ་དང་། ས་དང་པོ་སོགས་ལ་འཁོར་བ་འཆིང་
 བྱེད་ཉོན་སྦྱིབ་དག་ཅིང་ལྷག་མ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་མ་དག་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་
 བས་མཆོན་ཚྭ་གས་དག་ཅིང་ལྷག་མས་མ་དག་པ་དང་། ས་བཅུ་པར་སྦྱིབ་པ་
 གསུམ་དང་འཕོ་བའི་བག་ཆགས་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བས་མ་དག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༣ ཤིན་རྒྱ་རྣམ་དག་གི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

དྲི་མེད་དག་པས་སངས་རྒྱས་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་འགོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཉིད། །

རང་བཞིན་གྱི་དྲི་མ་མེད་པ་དང་སྒྲོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་གཉིས་ལས། རང་
བཞིན་དྲི་མེད་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་པ། དེའི་ཕྱིར་ན་འགོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཏུ་
བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། བདེ་བ་ཤེགས་སྒྲིང་པོས་འགོ་ཀུན་ཡོངས་ལ་བྱུང་། ཅེས་དང་།
སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །འོན་ཀྱང་སྒྲོ་བྱར་དྲི་མས་སྒྲིབ། །དྲི་མ་དེ་
བསལ་སངས་རྒྱས་ཉིད། ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲོ་བྱར་དྲི་མས་དག་པའི་
དག་པ་གཉིས་ལྟར་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གི་སངས་རྒྱས་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུ་གཉིས་པ། མངལ་སྒྲིམ་གྱི་ལུས་གྲུབ་ཚུལ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་མོ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ་སྒྲིབ་སྟུན་པ།

ལུས་ནི་གྲུབ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ། །

ཀུན་གཞི་སྟོག་རྒྱུད་དང་བཅས་པ། །

ཁམས་གསུམ་སྒྲིབ་པར་སྒྲིབ་པ་ན། །

སྒྲིབ་ལུས་གྲུབ་ཚུལ་ལ། སེམས་དེའི་རྟེན་ཁུར་རྒྱུད་གསུམ་དང་འགྲོགས་པ་
དེ་ལ་སྤྱ་བའི་ལུས་ཞེས་ཟེར། དེ་ཉིད་རྟོ་རྟེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་མ་གཏོགས་གང་
གིས་ཀྱང་གཞིག་པར་མི་རུས་བས་ན། རྣམ་ཤེས་གྱི་མི་ཤིག་པའི་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྱ།
དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱ་བའི་ལུས་དེ་ཡང་རག་པའི་ལུས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་ན་རྟེན་ལུས་
གྱི་བྱེད་པ་བཅིངས་པའམ་ལུས་སྒྲིབ་བཙོན་པས། བརྟེན་པ་སེམས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བ་རྟོ་རྟེ་ཐིག་པའི་བྱེད་ཆོས་སམ་ལུགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་
ལུས་དེ་ཁམས་གསུམ་གང་ཏུ་སྒྲིབ་ཏུ་གྱི་ལས་གྱི་བག་ཆགས་གྱིས་གོས་པའི་ཀུན་
གཞི་ལྱང་མ་བསྟན་པ་དེ་ཉིད། སྟོག་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་ཞེས་པ་ནི། ས་རོལ་ཏུ་
ཕྱིན་པར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཉོན་ཡིད་བདག་འཛིན་གྱི་ལས་དབང་གིས་འབྲིད་
པས་ཁམས་གསུམ་ཏུ་སྒྲིབ་པར་གསུངས། སྤགས་སུ་འོད་གསལ་གྱི་སེམས་སྟོག་རྒྱུད་
གིས་དཀྱགས་པས་ཁམས་གསུམ་ཏུ་སྒྲིབ་པར་ལེན་པར་གསུངས། དེ་ཡང་འོད་
གསལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་འབྲུལ་པར་སྒྲིབ་མཆེད་ཉེར་ཐོབ་ཅེས་པའམ། རུལ་ལུན་སྒྲིབ་
སྟོབས་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དམར་ནག་དཀར་གསུམ་འབྱུང་། དེ་ལས་ཁམས་ཏུག་
གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ཆོགས་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བ་འགྲུབ་
ཅིང་འོད་སྒྲིབ་དེ་རྣམས་སྒྲིབ་དང་། འཆི་བ་གཉིས་ཀའི་དུས་ན་འཆར་བ་སྟེ།
དཔེར་ན། སྒྲིབ་གི་འོད་ཟེར་ལྡང་གས་སྟོག་རྒྱུད་དང་། འོག་གི་འོད་ཟེར་སྟོན་

པོས་ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱུད་བརྒྱུད་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་བརྒྱུད་གཉིས་ཀའི་ཆགས་ཚུལ་གྱི་རྣམ་
གཞག་རྒྱས་འཁོར་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཡང་དགེ་བའི་སེམས་ནི་སྟོང་
སྟོངས་དང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་དྲག་པོ་ནི་ཐུན་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་
པལ་པ་ནི་རྩལ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་དག་གི་རྣམ་བཤུར་ཁམས་གསུམ་པོ་
གང་རུང་རུ་སྟེ་བ་ཡིན་པར་གསུངས།

གཅིག །གཟུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་སྟེ་བ་ཡིན་ཚུལ།

འདུ་བྱེད་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས།

རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ལ་སོགས་བཞི།

ཡུལ་རུ་བྱས་ནས་དེར་སྟེ་བ།

གཟུགས་མེད་ཅེས་བྱ་ཡིད་ལྟས་སོ།

དེ་ཡང་གཟུགས་མེད་པའི་འདུ་བྱེད་དམ་སྟོག་རྒྱུད་དང་བཅས་པའི་ཀུན་གཞིའི་
རྣམ་ཤེས་ཀྱིས། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་དང་། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་
མཆེད། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་གྱི་སྟེ་
མཆེད་རྣམས་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་ཡུལ་རུ་བྱས་ནས། རྣམ་ཤེས་དེ་དང་དེའི་ངོས་ལ་
གསལ་སྒྲུང་ཐོབ་ནས་གནས་དེ་དང་དེའི་ཡུལ་དེར་སྟེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གཟུགས་
མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་ཡིད་ལྟས་ཡིན་ནོ།

འོ་ན་ཡིད་ལྟས་ཡིན་ན་གཟུགས་མེད་བཤད་པ་དང་མི་འགལ་ལམ་ཞིན། མི་
འགལ་ཏེ་གཟུགས་མེད་པར་བཤད་པ་ནི། རྩལ་སྤྲོད་ཆོགས་པའི་ལྟས་རགས་པ་
མེད་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱིས། སྤྲ་བའི་ལྟས་ཡོད་པ་ནི་མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀ་
ལས་གསུངས། ཞེས་ཁ་ཅིག་གིས་འདོད། ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་ལས། དེ་ལྟར་གཟུགས་
མེད་པའི་ཁམས་བཞི་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་བཏགས་པ་ཅན་ལས་གནས་
གྱི་ངེས་པ་དང་ལྟས་ཀྱི་ཆོད་མེད་པས་སྟེང་འོག་རུ་གདགས་པའང་མེད་དེ། ཡུལ་
གང་རུ་སྟོམས་འཇུག་དེ་ཐོབ་ནས། ཤི་འཕོས་པ་རྣམས་དེ་ཉིད་རུ་དེར་བྱབ་པའི་
ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས།

གཉིས། གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ།

༡ ཐུན་མོངས་མདོ་ལུགས་སུ་བཤད་པ།

བསམ་གཏན་བཞི་བརྟེན་གང་སྐྱེ་བ། །

གཟུགས་ཁམས་ཡིན་ཏེ་འདོད་སྲིད་ནི། །

རགས་པ་བཅོམ་པ་བརྟུན་སྐྱེས་སོ། །

ཀྱང་གཞི་སྟོན་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་དེ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་བཞིའི་
དངོས་གཞི་ཉེར་བསྟོནས་དང་བཅས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་
སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་ལ་གསལ་སྤང་རྒྱུ་དང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ཐོབ་པ་ལས། བསམ་
གཏན་དང་པོའི་ཆང་རིས་ནས་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་སྐྱེའི་ས་གསུམ་པ་འབྲས་
བུ་ཆེ་བའི་བར་གྱི་གནས་རྣམས་སུ་སྐྱེ་ཞིང་། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་
དང་ཉེར་བསྟོནས་དེ་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་གཙང་གནས་ལྷ་
པོར་སྐྱེ། འདྲེ་ཤེས་མེད་པའི་གནས་གཞན་ནི་ལྷགས་སུ་མི་བགྱངས་ཏེ། འབྲས་བུ་
ཆེ་བའི་སྟོན་གཅིག་ན། སྟོང་དང་དཔོན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་པར་འདོད་དོ། །
བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་དེ་རྣམས་ནི། འདོད་པ་ལས་བྱེན་དུ་འཕགས་པ་དང་།
གཟུགས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་དག་ལྟན་པས་ན་གཟུགས་ཁམས་ཡིན་ཞིང་། སྤངས་པ་ནི།
འདོད་སྲིད་རག་པ་སྟེ་མདོན་གྱུར་བཅོམ་པ་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བ་ནི། སྐྱེ་གནས་བཞི་
ལས་རྟུན་སྐྱེས་ཏེ་ཀྱང་རྫོབ་ཀྱི་ལུས་གོས་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་
བསམ་གཏན་བཞིའི་དངོས་གཞི་ཉེར་བསྟོནས། ཞེས་པའི་དོན་ནི། བསམ་གཏན་
བཞི་པོ་སྐྱེ་ལ་དངོས་གཞིར་འཇུག་པའི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་དང་། ཉེར་བསྟོནས་
ཞེས་པ་བསམ་གཏན་སྐྱེ་པའི་གནས་ལ་འཇུག་པའི། སྟོན་འགྲོའི་ག་སྒྲིག་གི་ཆ་རྒྱུན་
རྣམས་ལ་ཟེར།

༢ ལྷགས་ལུགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཤད་ཚུལ།

ནམ་མཁའ་རྒྱུང་མེ་རྒྱུ་དང་ས། །

འབྱུང་རྒྱུང་རྣམ་པར་བྱེ་བ་ཡིས། །

གནས་གཞན་ཉི་ཤུར་གང་སྐྱེས་པ། །

དེ་ཡི་འཛག་པ་གོ་རིམ་བཞིན། །

ཁམས་གཅིག་ནས་ནི་ལྷ་ཡི་བར། །

ལྷ་པས་མ་རིག་སྐྱེ་དང་བཅས། །

དྲན་པ་ཉེར་གཞག་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །

གཟུགས་ཁམས་གནས་རིམ་བཅུ་དྲག་དང་། གཟུགས་མེད་ཁམས་བཞི་བཅས་བསྟོན་པས་གནས་རིམ་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་དག་རིམ་བཞིན་ནས་མཁའ་ལླ་རྒྱུ་ལྟར་། མེ་ཆུ་ས་བཅས་འབྱུང་བ་ལྟེན་ཁམས་ལ་རྒྱུད་མེ་ཆུ་ས་སྟེ་འབྱུང་རྒྱུད་བཞི་དང་སྟུར་ཚུལ་ནི། རྣམ་མཁའི་རྒྱུད་དང་། རྣམ་མཁའི་མེ་རྣམ་མཁའི་ཆུ་རྣམ་མཁའི་ས་ཞེས་དབྱེ་བས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཁམས་བཞི་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་། རྒྱུད་གི་མེ་སོགས་བཞི་བཞི་བཅུ་དྲག་ཏུ་དབྱེ་བས། གཟུགས་ཁམས་བཅུ་དྲག་གི་གནས་བཅས་བསྟོན་པས། གནས་རིམ་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་དག་གང་ལ་སྐྱེས་པ་དེའི་འབྱུང་བའི་ས་པོན་འཛག་པའི་གོ་རིམ་བསྟན་པར། འདྲིའཛག་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། དྲི་མེད་འོད་ལས། ཐིག་ལེ་འཛག་པས་ཁམས་གསུམ་ཏུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་ན། གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་པོ་དང་། མོའི་དབང་པོ་མེད་པ་ན་ནི་ལུས་ཀྱང་མེད་པ་སྟེ་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། དེ་རྣམས་ན་འཛག་པ་ཡོད་དེ། གཟུགས་མེད་བཞི་ནི་ཟད་པར་ནས་མཁའི་རྒྱུད་དང་། མེ་དང་། ཆུ་དང་། ས་འཛག་པ་བཞི་ལོ། འོག་མིན་པ་བཞི་ནི་ཟད་པར་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་དང་། མེ་དང་། ཆུ་དང་། ས་བཞི་ལོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། གཟུགས་ཁམས་སུ་གནས་རིམ་བཅུ་དྲག་དང་། གཟུགས་མེད་བཞི་བཅས་གནས་ཉི་ཤུ་པོར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་འཛག་པ་ཡོད་དེ། དང་པོ་གནས་མཁའི་རྒྱུད་གིས་འཛག་པས་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྐྱེ་མཆེད་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་རྣམ་མཁའི་མེས་འཛག་པས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཏུ་སྐྱེ་བ་ནས། རིམ་བཞིན་འཛག་སྟེ་མཐར་སའི་སས་འཛག་པས་ཆང་རིམ་སུ་སྐྱེ་བའི་བར་ཡིན་ནོ། ཁམས་དེ་དག་རི་ལྷར་ལྷན་པའི་ཚུལ་ཡང་། གཟུགས་མེད་ན་རྣམ་མཁའི་ཁམས་གཅིག་ཕུ་དང་ལྷན་པ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པར་ཁམས་གཉིས་དང་ལྷན་པ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་ཁམས་གསུམ་དང་ལྷན་པ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་ཁམས་བཞི་དང་ལྷན་པ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་ཁམས་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞིང་། གནས་རིམ་དེ་དག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རིམ་པས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་ལས། དེའི་མ་རིག་པ་དེ་ལ་ཚུ་བའི་མ་རིག་པ་དང་། ལས་ཀྱན་ནས་སྤོང་བའི་མ་རིག་པ་གཉིས་ལས། ལྷ་མ་ནི་སྤྲུའུ་བཤད་པའི་འཛག་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་འཛག་པ་དེ་ལས་ཆགས་སྤང་སྤོང་གསུམ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིན་ནོ། གནས་དེ་དག་ལ་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གི་མདོ་ལས་བསྟན་ཡོད་པས་ན་དེར་བཞུ་བར་བྱལོ།

གནས་རིས་ཀྱི་ཤུའི་ཁམས་དང་ཁམས་ཀྱི་འཛིན་པ་བསྟན་པའི་རེ་བྱུང་མེད་པ།

གཟུགས་ མེད་ ཁམས་	གནས་རིས་			ཁམས་ཀྱི་འཛིན་པ་	ཁམས་ཀྱི་གྲངས་
	འདྲ་ཤེས་མེད་འདྲ་ཤེས་མེད་མིན			ནམ་མཁའི་རྒྱང་	ནམ་མཁའི་ ཁམས་ལྡན
	ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིལ་ཆེད			ནམ་མཁའི་མི	
	ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྒྲིལ་ཆེད			ནམ་མཁའི་རྒྱ	
	ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྒྲིལ་ཆེད			ནམ་མཁའི་ས	
གཟུགས་ ཁམས་	བསམ་ གཏན་ བཞི་པ་	གཙང་ གནས་ལྡན	འོག་མིན		ནམ་མཁའ་དང་ རྒྱང་གཉིས་ལྡན
			ཤིན་ཏུ་མཐོང་	རྒྱང་གི་རྒྱང་	
			གྲུ་ཤོས་རྒྱང་བ	རྒྱང་གི་མི	
			མི་གཏུང་བ	རྒྱང་གི་རྒྱ	
			མི་ཆེ་བ	རྒྱང་གི་ས	
བསམ་གཏན་བཞི་པའི་སྒྲིལ་གནས་མན་ཆད་ཀྱི་རེ་བྱུང་མེད།					
གཟུགས་ ཁམས་	བསམ་གཏན་ བཞི་པ་	སྒྲིལ་གནས་ གསུམ་	འབྲས་བུ་ཆེ་བ	མེད་རྒྱང་	
			བསོད་ནམས་སྒྲིལ་	མེད་མི	
			སྒྲིལ་མེད་	མེད་རྒྱ	
	བསམ་གཏན་ གསུམ་པ་	དགེ་རྒྱས་		མེད་ས	མཁའ་རྒྱང་མི་ གསུམ་ལྡན
			ཆོད་མེད་དགེ་	རྒྱུ་རྒྱང་	
			དགེ་རྒྱུང་	རྒྱུ་མི	
	བསམ་ གཏན་ གཉིས་པ་	འོད་གསལ་		རྒྱུ་རྒྱ	མཁའ་རྒྱང་མི་རྒྱ་ བཞི་ལྡན
			ཆོད་མེད་འོད་	རྒྱུ་ས	
			འོད་རྒྱང་	སའི་རྒྱང་	
	བསམ་གཏན་ དང་པོ་	ཆོངས་ཆེན་		སའི་མི	མཁའ་རྒྱང་མི་རྒྱ་ ས་ལྡན
			ཆོངས་པའི་མདུན་ན་འདོན་	སའི་རྒྱ	
			ཆོངས་རིས་	སའི་ས	

གསུམ། འདོད་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིལ་བ་ཡིན་ཚུལ།

འདོད་ཁམས་རིགས་དྲུག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

ཁམས་དྲུག་དང་ལྡན་སྤྱད་དང་རགས། །

སྒྲིལ་གནས་བཞི་ལྡན་གཞན་དག་ལྡན། །

ངན་སོང་གསུམ་ནི་མི་ཁོམ་གནས།
 ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སྒྲུ་མི་སྒྲུ།
 འབྲས་བུ་སྟོང་པ་རྒྱ་དམན་ཏེ།
 སྒྲིང་གསུམ་སྒྲིས་པའི་ཁམས་དུག་ལྡན།
 མཆོག་ཡིན་འཛམ་སྒྲིང་ལེགས་སྒྲིས་པ།
 ལས་ཀྱི་ས་པར་རབ་རྒྱ་གྲགས།

དེ་ཡང་འདྲོད་པའི་ཡོ་ཏན་ལྷ་ལ་ལོངས་སྟོང་པས་ན་འདྲོད་ཁམས་ཅེས་བྱ་
 ལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གྲོ་བ་རིགས་དུག་ཡོད་པ་སྟེ། ངན་སོང་གསུམ་སྟེ་དམུལ་བ་
 དང་། ཡི་དྲགས། རུད་འགྲོ་གསུམ། བདེ་འགྲོ་གསུམ་ནི་མི་དང་། ལྷ་མིན། ལྷ་དང་
 གསུམ་བཅས་བསྐྱམས་པས་དུག་གོ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་དང་། ཉམ་
 མཁལ། རྒྱང་། མེ། རྒྱ་ས་སྟེ་ཁམས་དུག་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་། ལུས་ཀྱི་བོངས་
 ཆོད་ཀྱང་མ་དེས་སྟེ། ས་བ་སྟོན་བྱ་ནས། རག་པ་འདྲོད་པའི་ལྷའི་བར་རྒྱ་ཡོད། སྒྲི་
 གནས་ཀྱང་མངལ་སྒྲིས་དང་། རྟོད་སྒྲིས། སྒྲིང་སྒྲིས། རྩས་སྒྲིས་བཅས་བཞི་དང་
 ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་མི་མ་གཏོགས་པ་གཞན་རྣམས་ལས་ངན་སོང་གསུམ་ནི་མི་
 དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ལ་སྟོང་པས་ན་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན། འདྲོད་པའི་ལྷ་དང་།
 ལྷ་མིན་དང་། ལྷ་མིན་སྒྲུ་པ་གསུམ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་དངོས་འབྲས་ལ་ལོངས་
 སྟོང་པས་བདེ་སྒྲིང་ཆེ་བས་མི་དགེ་བའི་གཞེན་པོ་སྟོབས་ཆེན་རང་རྒྱུད་ལ་བསྒྲིང་
 པའི་རྒྱ་དམན་ཏེ། དེས་ན་སོ་སོ་ཐར་པའི་སྟོང་རྒྱ་མི་རུང་། གཞན་སྒྲིང་གསུམ་རྒྱ་
 སྒྲིས་པའི་ཁམས་དུག་དང་ལྡན་པའི་མི་རྣམས་ནི། སྒྲིང་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་
 དང་། བྱེ་བྲག་རྒྱ་སོ་སོ་ཐར་པའི་སྟོང་རུང་གི་རྟེན་གྱི་མཆོག་ཡིན་ཅིང་། དེའི་ནང་
 ཉམ་འཛམ་བུ་སྒྲིང་འདིར་ལེགས་པར་སྒྲིས་པ་རྣམས་ནི། སོ་སོ་ཐར་པ་ནས་དོ་རྩེ་
 ཐེག་པའི་བར་གྱི་བསྟན་པ་མཐའ་དག་གི་སྟོང་རུང་ཡིན་པ་དང་། དགེ་བ་དང་
 མི་དགེ་བའི་ལས་མཐའ་དག་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས་ན་ལས་ཀྱི་ས་པར་ཞེས་
 རབ་རྒྱ་གྲགས་སོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། མི་ཡི་སྒྲིབ་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་བྲག་རྒྱ་བཤད་པ།

གཅིས། །བསྐྱལ་པ་ཐོག་མའི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ།

ཡུལ་འདིར་སྒྲིབ་འབྲུབ་ཚུལ་ནི། །

དང་པོར་རྩུས་སྒྲིམ་གཞུགས་ཁམས་བཞིན། །

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྲིད་དབང་གིས། །

དྲི་དང་རོ་ལ་ཆགས་པ་ལས། །

ཡུལ་རྩ་སྒྲུབ་བའི་ནུས་ཤེས་ལ། །

སྲུང་དོར་བྱས་པས་ཡུལ་ཁམས་ནི། །

རགས་སྒྲུབ་པོ་མོ་སྒྲུབ་ཐུན་དང་། །

བདེ་སྦྱག་འདོད་སྲིད་བརྟན་པར་བྱར། །

ཡུལ་འདིར་སྒྲིབ་འབྲུབ་པའི་ཚུལ་ནི། ཐོག་མར་མི་ཐམས་ཅད་རྩུས་སྒྲིམ་ཡིན་
ཞིང་། གཞུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་བཞིན་རྩ་ཡུལ་ལ་རང་འོད་དང་། ཆོ་དང་། བསོད་
ནམས། བོངས་ཆད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐུན་ཐུན་ཆོགས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་
ཆོགས་ལྡན་གྱི་རྩུས་ཅེས་ཟེར། དེ་ནས་གསུམ་ལྡན་སོགས་རིམ་བཞིན་རྩ་འགྲིབ་
ཚུལ་ཡང་། འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱིས་ནང་རྩ་སྲིད་པ་སྒྲིབ་འབྲུབ་དབང་གིས། ཕྱི་རོལ་གྱི་
དྲི་དང་རོ་ཐུན་ཐུན་ཆོགས་པ་ལ་ཆགས་ཞིང་། དབང་པོའི་བདག་འབྲས་ཡུལ་རྩ་
སྒྲུབ་བའི་ནུས་ཤེས་ལ་དྲི་རོ་བཟང་བ་ལ་སྲུང་བྱ་དང་། ངན་པ་ལ་དོར་བྱར་བྱས་
ནས་སྲུང་དོར་བྱས་པ་ལས། སྒྲུབ་གྱི་ཆོ་བསོད་ལ་སོགས་པ་ནམས་བྱི་ནས་ཡུལ་
ཁམས་རགས་པ་སྒྲུབ་བ་བྱང་བ་དང་། དེ་ལས་པོ་མོ་སོ་སོའི་དབང་པོ་དང་། དེའི་
དབང་གིས་ནང་རྩ་ཁམས་དཀར་དམར་དང་། ཕྱི་རོལ་རྩ་ཉི་ལྔ་གྲུབ་པས་སྒྲུབ་བ་
དང་ཐུན་པའི་ནུས་བཞག བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱལ་སོགས་ཀྱིས་ཆོར་བ་སྒྲིབ་ས་
འདོད་སྲིད་གྱི་སྦྱོབས་རྒྱས་པར་བྱང་ངོ་། །

གཉིས། མངལ་སྒྲིམ་གྱི་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ།

༡ ཁམས་རྩུག་གི་རྩ་སྒྲིབ་བཤད་པ། (1) ཁམས་རྩུག་གི་རྩ་དང་རང་བཞིན།

དེ་ནས་མངལ་སྒྲིམ་གྲུབ་པ་ན། །
 ལུས་འདི་ལ་ནི་ཁམས་ཀྱི་ཚྭ་ས། །
 མ་ལུས་རོ་རྒྱལ་བཟའ་བརྟུང་ལས། །
 འབྱུང་བཞི་འགྲུབ་པའི་རྒྱུན་བྱེད་དོ། །
 རོ་རྒྱལ་འབྱུང་བ་ལྷ་ལས་ཏེ། །
 མཁའ་དང་བདེ་བ་ཡི་ཤེས་ཀྱི། །
 སྦྱོར་བས་བརྟན་པར་འགྲུབ་པ་ཡིན། །
 པརྒྱར་རྒྱུད་པའི་ས་བོན་ནི། །
 འཛིན་པ་ས་ཁམས་རང་བཞིན་ཏེ། །
 རྒྱས་བསྐྱེད་མེ་ཡིས་སྒྲིན་པར་བྱེད། །
 རྒྱང་གིས་འཕེལ་བྱེད་ནམ་མཁའ་ཡིས། །
 ལོ་སྐབས་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

དེ་ཡང་མའི་མངལ་རྒྱ་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ས་བོན་དང་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ལྷན་
 ཅིག་འབྲུད་པའི་སྐྱད་ཅིག་གི་མ་དེ་ལ། བར་དོའི་ལུས་བརྟུང་ནས་ཁམས་དཀར་
 དམར་གཉིས་རྟེན་དང་། སྔོག་རྒྱང་དང་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་བརྟེན་པར་གྱུར་
 པ་ནི་སྒྲིབ་ལེན་པའི་ཐོག་མ་ཡིན། དེའི་ཆེ་རྣམ་ཤེས་རང་གི་བཞོན་པ་སྔོག་རྒྱང་
 དང་བཅས་པ་བདག་རྒྱུན་དང་། ལུ་ལྷག་གཉིས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུན། མངལ་གྱི་
 འབྱུང་བ་རྣམས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་བྱས་ནས་མངལ་གནས་དེ་འཕེལ་ཁིང་སྒྲིབ་
 བར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་མངལ་རྒྱ་སྒྲིབ་གྲུབ་པའི་ལུས་འདི་ལ་ཁམས་
 སོ་རྒྱལ་གི་ཚྭ་ས་པ་དེ་རྣམས་ནི། མའི་ལུས་ཀྱི་རོ་རྒྱལ་གི་བཟའ་བརྟུང་གི་བརྟུང་
 དེ་དག་གིས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་མངལ་གནས་ཀྱི་ལུས་དེ་ཆགས་པའི་
 རྒྱུ་རྩ་བ་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྣམ་ཏེ། སྤ་བ་ས། གཤེར་བ་རྒྱ། རྩོ་བ་མ། ཡང་བ་རྒྱང་
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་གྲུབ་པའི་རྒྱུན་ནི་མའི་ལུས་ཀྱི་ཟས་ཀྱི་རོ་བརྟུང་རྣམས་ཡིན་ནོ། རོ་
 རྒྱལ་པོ་དེའང་འབྱུང་བ་ལྷ་ལས་བྱུང་སྟེ། ས་རྒྱ་ལས་རོ་མངར་བ། མེ་ས་ལས་རོ་
 སྦྱར་བ། རྒྱ་མེ་ལས་རོ་ལན་ཙམ། རྒྱ་རྒྱང་ལས་རོ་ཁ་བ། མེ་རྒྱང་ལས་ཚ་བ། ས་རྒྱང་

ལས་རོ་བསྐྱ་བ་ནམས་བྱང་ཞིང་ནམ་མཁའ་སྟེ་སྟོང་པའི་ཁམས་གིས་ནི་རོ་ཐམས་
 ཅད་ལ་བྱུང་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞི་པའི་རྣམས་དེ་དག་ནམ་མཁས་གོ་
 འབྱེད་ཅིང་། བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ་ཕ་མའི་ས་བོན་གཉིས་མཉམ་དེ་སྦྱར་བར་བྱས་པ་
 ལས་ལུས་བརྟན་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་ཕ་མའི་ས་བོན་གཉིས་པོ་ཁོ་ནས་
 མིའགྲུབ་སྟེ། བསྐྱར་ཆུད་པའི་ས་བོན་དེ་ཕྱིར་མི་ལྟར་བར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ནི་
 མའི་མངལ་གྱི་འབྱུང་བ་སའི་ཁམས་གྱི་རང་བཞིན་དང་། རྒྱ་རྒྱལ་གྱིས་གཅིག་རྒྱ་
 རྒྱད་པར་བྱེད། མེ་རྒྱལ་གྱིས་སྟོན་པར་བྱེད། རྒྱང་གིས་འཁེལ་བར་བྱེད་པ་དང་།
 རྣམ་མཁས་གོ་འབྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། །(2) ཁམས་དང་སེམས་རྟེན་
 འབྲེལ་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ཉིད་སྒྲིབ་བྱེད་པ་ཡང་། །
 བོ་ལ་ཀ་རྟོ་ལ་སྦྱར་བས། །
 རེག་པ་སྲ་བ་བག་ཆགས་ཉིད། །
 ས་ནི་དེ་ལས་སྒྲིབ་རྒྱུར་ལ། །
 བྱང་སེམས་ཁུ་བའི་རག་བཞིན་ལས། །
 རྒྱ་ཡི་ཁམས་ནི་འབྱུང་བ་སྟེ། །
 བསྦྱོད་པ་ལས་ནི་དོད་སྟེ་སྟེ། །
 གཡོ་བ་རྒྱང་རྒྱ་རབ་རྒྱ་གྲགས། །
 བདེ་བ་ནམ་མཁའ་ཉིད་གྱི་ཁམས། །
 ལུ་པོས་ནམ་པར་ཤེས་པ་བསྟོར། །

དེ་ལྟའི་མངལ་གནས་དེ་ཉིད་སྒྲིབ་པའི་འཕྲོད་སྦྱར་བྱེད་ཚུལ་ཡང་། ཕ་མ་གཉིས་
 པོ་སྟོམས་འཇུག་བྱེད་པའི་སྐབས་དེའི། ཁམས་ལྟའི་གནས་སྐབས་གྱི་འགྱུར་བ་ལུ་
 ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་མ་ཕན་ཚུན་སྦྱར་པ་ལས་ཁམས་དཀར་
 དམར་གཉིས་འབབས་ཏེ་འདུས་པ་ལས་བར་དོའི་ནམ་ཤེས་འབྱུང་། རྣམ་ཤེས་
 དེས། ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དབྱས་ན་རེག་པའི་སྲ་བའི་ཆ་དེ་དག་བདག་རྒྱ་
 བབྱུང་བའི་བག་ཆགས་དེ་ཉིད་ལས། རང་གི་ས་ཁམས་སྒྲིབ་རྒྱུར་ལ། དེ་

བཞིན་ཏུ་བྱང་སེམས་སམ་ཁུ་བ་གཤེར་བའི་རིགས་དེ་ལ་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་ལས་
 རྒྱ་ཁམས་འབྱུང་། ས་མ་གཉིས་པོས་ཆགས་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་བསྐྱེད་པ་ལས་དྲོད་
 རྒྱེ་བ་དེ་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་ལས་མི་ཁམས་འབྱུང་། ལུས་ཀྱི་རྩ་གནས་ཐམས་ཅད་
 ལ་བྱང་སེམས་སམ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཡོ་བ་དེ་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་ལས་
 འབྱུང་བ་རྒྱང་ཁམས་ཞེས་རབ་ཏུ་གྲགས་སོ། ། འཁྲིག་པའི་བདེ་བ་དེ་བདག་ཏུ་
 བཟུང་བ་ལས་ནམ་མཁའི་ཁམས་འབྱུང་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཁམས་ལྷ་པོ་དེས་བར་དོའི་
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་བསྐྱར་ནས་གནས་པ་དེ་ནི་ཁམས་རྒྱག་ལུན་པའི་དོ་རྩེའི་ལུས་
 གྲུབ་པའི་འགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་ནོ། ། རགས་པ་པོ་མོ་སྟོམས་འཇུག་གི་ལས་དེ་ཡང་
 འབྱུང་བ་ལྷའི་འགོས་སུ་འཆར་ཞིང་། སྒ་བ་རྣམ་ཤེས་རྟེན་ལ་འཇུག་པ་དེ་འང་
 འབྱུང་བ་ལྷའི་འགོས་སུ་འཆར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་དབང་གིས་གཞི་ལམ་
 འབྲས་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཡང་འབྱུང་བ་ལྷའི་འགོས་སུ་འཆར་རྟེ། གཞི་ཕྱང་
 པོ་ལྷ་པོ་དེ་ལ་ཁམས་འབྱུང་བ་ལྷ་འཆར་བ་དང་། ལམ་རུས་སུ་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལྷ།
 འབྲས་རུས་སུ་ལྷ་སོགས་འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །

༡ མངལ་དུ་རི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།

རྒྱ་ནི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་རྟེ། །

བག་ཆགས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཡིད། །

རྒྱང་གི་དོ་བོས་གཟུགས་གཞན་མཐོང་། །

དོན་ནི་ངེས་པར་མི་ཤེས་ཤིང་། །

རྒྱང་ཅམ་གཅིག་ཕུ་མོངས་འདུ་བྱེད། །

ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་བཀུག་ནས་ནི། །

མངལ་འཇུག་བག་ཆགས་རྣམ་པར་སྟོན། །

བག་ཆགས་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་གཟུང་། །

དེ་ཆོ་ཁུ་ཁྱག་ཞུ་ཐིག་ལས། །

འདྲིས་པ་ཅ་ནི་ཐུར་པ་དང་། །

ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་བཅས་པ། །

དེ་ལྟར་ཆང་རོལ་མྱོས་པ་བཞིན། །

མངལ་ཆགས་པའི་རྒྱུ་ཡི་གྲུ་ལ་གཅིག་ནི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་
བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དོ་བོ་རྒྱུད་གི་བདག་ཉིད་
ཅན་དེ་ལ་ཟེར། འདྲིར་མདྲོར་བསྐྱུས་ན། རྣམ་ཤེས་དང་། ཉོན་ཡིད་དང་། སྟོག་
རྒྱུད་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན། སྟོག་རྒྱུད་ཞེས་པར་མངལ་ཐོག་མར་ཆགས་སྐབས་
པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ས་པོན་འདུས་ནས་མངལ་ཆགས་རུང་བའི་ཆོ་ཐོག་མར་བྱུང་བའི་
རྒྱུད་ཕྱ་བ་དེ་ལ་སྟོག་རྒྱུད་ཟེར། དེ་ནི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ལ། ལུས་
ཀྱི་རྒྱུད་རགས་པ་རྣམས་ཆགས་ཤིང་འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཙོ་བོ་ཡང་ཡིན། རྣམ་ཞིག་
སེམས་ཅན་རྣམས་འཆི་བའི་ཆོ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་བཅུ་པ་རིམ་བཞིན་གཅིག་ལ་གཅིག་
ཐིམ་ནས་མཐར་ཐམས་ཅད་སྟོག་རྒྱུད་ལ་ཐིམ། སྟོག་རྒྱུད་དེ་ཡང་རྗེ་ཡུར་ཡུར་ཏེ་
སྤར་ལུས་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོག་རྒྱུད་ཕྱ་བ་དེའི་དོར་ཡུར་ཆོ་ལུས་ཀྱི་སྟོ་
དགུ་པོ་གང་རུང་ནས་ཐིམ་ཐོན་ཏེ་འབྲུལ་བ་ལ་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཟེར། སྟོག་
རྒྱུད་ཕྱ་བ་དེ་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ཀྱང་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ཐ་དད་རུ་དབྱེ་
བ་ཐེད་དེ། འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་འདྲིར་དེ་གཉིས་དོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་
འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ལམ་གྱི་སྒྱུར་བ་ལ་ཞུགས་ནས་བསྐྱེད་རྫོགས་
བསྐྱེམས་པས་རིག་པ་ལས་སུ་རུང་བར་ཡུར་ཆོ་རྒྱུད་རིག་བྲལ་ནས་སངས་རྒྱས་པ་
ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་རྒྱུད་གི་དོ་བོ་ཅན་གྱི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་དེས་མངལ་གྱི་ས་པོན་
ཀྱི་གཟུགས་གཞན་རྣམས་མཐོང་ཞིང་། དེ་དག་རྟེན་འབྲེལ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་
ཀྱི་དོན་གང་དང་། རང་གི་དོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེས་པར་མི་ཤེས་ཤིང་། རྒྱུད་གི་
བྱེད་ལས་གཅིག་ཤུ་ཅམ་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་པ་དེས། འདུ་བྱེད་པ་སྟེ་ཉོན་ཡིད་
ལངས་ཏེ། ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་བཀྲལ་ནས་མངལ་རུ་འཇུག དེའི་ཆོ་ཐོར་རྒྱེ་ན་
མ་ལ་ཆགས་ཞིང་པ་ལ་སྤང་བ་དང་། མོར་རྒྱེ་ན་པ་ལ་ཆགས་ཞིང་མ་ལ་སྤང་བའི་
ཆགས་སྤང་གི་བག་ཆགས་ལ་སྦྱོད་པས། འདྲིར་བག་ཆགས་ཏེ་ཉོན་ཡིད་སྟོག་རྒྱུད་
ལ་བྱེད་པས་ན་བག་ཆགས་ཉིད་ཀྱང་། ཁམས་ཀྱི་དྲངས་མ་ཡིན་པས་དེས་རྟེན་རུ་
བྱས་ནས་རྣམ་ཤེས་བརྟེན་པར་བརྒྱུད་། དེའི་ཆོ་ཁུ་ཁྱག་གམ་པ་མའི་ས་པོན་

གཉིས་པོ་ཁྱ་བའི་ཐིག་པ་ལས་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཉོན་ཡིད་སྟོག་རྒྱུད་དེ་དང་
འདྲེས་པར་གྱུར་པ་དང་། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་བདེ་བ་དམ་
པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་རི་ལྟར་སྐྱེས་སུ་ཆང་གིས་སྦྱོས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་རྟོ། །

༡ རྒྱེ་བའི་རིམ་པ་བསྟན་པ། (1) སྟོག་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་རི་ལྟར་འབྱུང་བ།

ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིད་སྟོག་རྒྱུད་ཉིད། །

སྐད་ཅིག་ལ་ཡང་ཡང་དག་འགོ། །

མངལ་གྱི་ས་བོན་གྱི་དབྱུག་སུ་ཞུགས་པའི་ཉོན་ཡིད་དམ་སྟོག་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལྟན་
སྐྱེས་གྱི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ། འཕེལ་རིམ་གྱི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་གོང་ནས་གོང་དུ་
ཡང་དག་པར་འགོ་བ་སྟེ་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ།

(2) རྒྱེ་བ་བརྒྱུད་རི་ལྟར་འཕེལ་བའི་རིམ་པ།

རུར་རུར་མེར་མེར་ལྟར་ལྟར་པོ། །

གོར་གོར་པོ་དེ་བརྒྱན་སྤྲུག་བཞི། །

ལས་རྒྱུད་གིས་དཀྱུགས་སུ་ད་པར་བྱེད། །

རང་སོར་བྱེད་དང་བརྒྱ་གསུམ་གྱི། །

ཆད་ལྟན་དབྱེ་མ་སྟོག་རྒྱུད་བཅས། །

བསྐྱེད་ནས་སྤྱིང་དང་སྟེ་བ་ཡི། །

འཁོར་ལོ་རྒྱུད་བརྒྱའི་རྟེན་ཆགས་ནས། །

ཉ་ཡི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར། །

སྟེ་བར་མ་ཡི་རྩར་འགྲེལ་བས། །

རྒྱུད་ཁྲག་རྒྱས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །

དེ་ནས་རྒྱེ་བ་གཉིས་པ་ནས། །

ཞག་རེ་རྩ་ནི་ཉིས་བརྒྱ་ཆགས། །

སྟོག་ལས་སྤུར་སེལ་འཕྲོས་ནས་ནི། །

འུས་སྤལ་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་བྱེད། །

རྒྱེ་བ་གསུམ་པར་བྱིན་རྒྱ་ཡིས། །

རྒྱུད་གིས་སྟོང་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད། །
 བཞི་པར་བྱབ་བྱེད་རྒྱུད་གིས་ནི། །
 ཡན་ལག་ཙྰ་ནམས་སྤང་བར་བྱེད། །
 ལྷ་པར་མཉམ་གནས་རྒྱུད་འཕྲོས་ནས། །
 བྱང་གི་གནས་གཞན་སྐྱབ་པར་བྱེད། །
 བག་ཚོད་མེད་གཏེ་གནས་སྐྱས་ཡིན། །
 མཉམ་གནས་བྱབ་བྱེད་གཉིས་སྟོངས་རྫོགས། །
 ལུས་ནི་འགྲུལ་དང་འདར་བར་འགྱུར། །
 དེ་རུས་རུས་ཚོགས་རུས་བྱ་ནི། །
 ལུས་བརྒྱ་རུག་ཅུ་ཆགས་པར་འགྱུར། །
 དེ་ལྟར་ཕྱང་པོ་ལྷ་རྫོགས་ནས། །

དང་པོ་ཙྰ་བའི་རྒྱུད་ལྷའི་བྱེད་ལས་ནི། དེ་ཡང་བརྟན་སྤྱད་དང་པོ་སྟོག་རྒྱུད་
 ཉིད་རུ་གནས་ཤིང་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་སྟོག་རྒྱུད་དེ་འབྱུང་བ་བཞི་དང་
 འཕྲོགས་པའི་དབང་ལས་གནས་སྐྱབས་བཞིར་འགྱུར་བ་ལས། དང་པོ་ཀྱན་ནས་
 སྟུང་པའི་རྒྱུད་གིས་བརྟན་སྤྱད་གཉིས་པར་རུར་རུར་པོར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་
 མཚོད་ཀའི་རྒྱུད་གིས་བརྟན་སྤྱད་གསུམ་པར་ཞོ་ཆགས་པ་ལྟའི་རྣམ་པ་དང་། དེ་
 བྱང་རབ་རུ་འབྱེད་པའི་རྒྱུད་གིས་བརྟན་སྤྱད་བཞི་པར་མོར་མོར་པོ་དང་། བྱར་
 བྱར་པོ། མེར་མེར་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་ཡང་དག་པར་སྟུང་
 པའི་རྒྱུད་གིས་སྤར་གྱི་རྣམ་པ་ལས་འདས་ནས་སྤར་བའམ་མཁུང་པར་འགྱུར་ཞིང་།
 མངལ་གནས་ཀྱི་ལུས་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་ལུས་གཙོ་པོ་དང་། ཙྰ་ཐིག་རྒྱུད་གསུམ་
 འབྱུང་བའི་གཞི་སྟེ་བ་ཆགས། རྒྱུད་དེ་རྣམས་ཀྱང་ལས་རྒྱུད་ཡིན་པའི་དབང་གིས་
 དཀར་དམར་གྱི་རྩལ་སྤར་བ་རྣམས། དཀྱག་ཅིང་ལུས་ཀྱི་གནས་ཐམས་ཅད་རུ་
 གཏོར་ནས་འཁོར་ལོ་རུག་གི་གནས་སྟུང་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནས་ཟླ་བ་གཉིས་
 པར་མཁུང་འགྱུར་ཞིས་བྱའི་ཞག་གི་དང་པོ་ནས། སྟོག་རྒྱུད་གིས་ཁམས་དཀར་
 དམར་སྟེང་འག་རུ་དེད་ནས། ལུས་དབུས་སྤར་པོར་བྱེད་དང་བརྟན་གསུམ་གྱི་

ཚད་དང་ལྡན་པའི་དབུ་མ། བྱང་རུ་སྟོན་ཆུང་། རྩེར་འོག་གི་རྩ་གཉིས་སུ་དཀར་
 དམར་གྱི་ཐིག་ལེ་དང་བཅས་པ་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ནས་གཙོ་བོ་སྟོན་གི་ཆུང་དང་།
 རྩེན་འབྲུང་བ་བཞི། རྩེ་མའི་ཁ་ཟས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ནས་རྩིང་ཁར་ཆུང་བཅུ་འེེན་རུ་
 བྱུར་པའི་རྩ་བཅུ་དང་། རྩེ་བའི་འཁོར་ལོར་རུས་སྦྱར་རྩེན་གྱི་རྩ་ཆགས་ནས། དབུ་
 མའི་རུས་པ་དཔྱུས་གཅིག་རུ་ཆགས་པས། ཉ་ལྟ་བུ་ཞིག་གྲུབ་པས་ན་ཉ་ཡི་གནས་
 སྐབས་ཞེས་ཟེར། དེ་ཆེ་ལྟ་བའི་རྩ་དང་མའི་རོ་མའི་རྩ་འབྲེལ་བ་ལས་ཆུང་ཁག་
 གི་རུས་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ལ། རྩེ་བ་གཉིས་པ་ནས་ཞག་རེ་རེ་ལ་རྩ་
 ཉིས་བརྒྱ་རེ་ཆགས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་སྟོན་ཆུང་དེ་ལས་བྱུར་སེལ་གྱི་ཆུང་
 འོག་རུ་འཕྲོས་ནས། གསང་བའི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་སྦྱང་གྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་
 འགྲུབ་ཅིང་། རུས་སྦྱེལ་གྱི་རྩ་མ་པ་ཆགས་པའི་འགོ་བརྒྱམས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། རྩེ་
 བ་གསུམ་པར་བྱེན་རྒྱུ་ཆུང་གིས་ལུས་ཀྱི་སྟོད་ཆ་རྩ་མས་སྦྱབ་པར་བྱེད་དོ། རྩེ་
 བ་བཞི་པར་བྱུབ་བྱེད་གྱི་ཆུང་གིས་དཔྱལ་བ་དང་། མགིན་པའི་འཁོར་ལོ་རྩ་
 དང་། ཡན་ལག་ལཱ་རྩ་རྩ་མས་གྲུབ་ཅིང་སྤང་བར་བྱེད་དོ། རྩེ་བ་ལྔ་པར་མཉམ་
 གནས་གྱི་ཆུང་འཕྲོས་ནས། བྱང་གི་གནས་གཞན་ཤ་དང་རུས་པ་ལ་སོགས་པ་
 རྩ་མས་གྲུབ་པར་བྱེད་ཅིང་རུས་དེར་ཕག་རྒྱུད་སེང་གའི་གནས་སྐབས་ཟེར། དེ་
 ལྟར་མཉམ་གནས་དང་བྱུབ་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་སྟོབས་རྩོགས་ནས། མངལ་རུ་ལུས་
 འབྲེལ་བ་དང་འདར་བའི་སྤང་རྩེལ་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་དེར་རུས་པའི་རུ་མ་
 བྱུར་སུམ་བརྒྱ་དུག་བཅུ་ཆགས། དེ་ལྟར་རྩེ་བ་ལྔ་ལ་ཕྱུང་པོ་ལྔ་ཡང་རྩོགས་པར་
 འགྱུར་ཏེ། རྩེ་བ་དང་པོ་དང་གཉིས་པར་རྩ་མ་ཤེས་དང་འདུ་བྱེད་གྱི་ཕྱུང་པོ་
 གཉིས་རྩོགས། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ལ་ཚོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་གྱི་ཕྱུང་པོ་
 གཉིས་རྩོགས། རྩེ་བ་ལྔ་པ་ལ་གཞུགས་གྱི་ཕྱུང་པོ་རྩོགས་ནས།

རྩེ་བ་དུག་པར་བྱེན་པ་ན། །

ལྟ་ཡི་ཆུང་གིས་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས། །

ས་ཁམས་ཆ་ལས་མིག་གཉིས་བསྐྱེད། །

དེ་ལས་བདུན་པར་རུས་སྦྱེལ་ཆུང་། །

སྒྲོས་ནས་ཆུ་ཁམས་ན་བྱག་དོད། །
 བརྒྱད་པར་མེ་ཁམས་སྒྲ་བྱག་བྱེད། །
 དེ་ཆོ་ཅངས་པའི་རྒྱུ་སྒྲོལ། །
 དགུ་པར་ལྷ་སྒྲིན་རྒྱུ་འབྱུང་ཏེ། །
 རོ་ཅན་ལྷེ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད། །
 བརྒྱུ་པར་ནོར་ལས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་ལ། །
 བསྐྱེད་ནས་རྒྱུ་བརྒྱའི་རྒྱས་པ་རྫོགས། །

གཉིས་པ་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྷ་བའི་བྱེད་ལས་ནི། དེ་ལྟར་གཟུགས་གྱི་ལུང་པོ་
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནས། ཟླ་བ་བྱག་པར་སྒྲིན་པ་དང་ཟླ་ཡི་རྒྱུ་ནམ་མཁའ་ཡེ་
 ཤེས་གྱི་ཁམས་གྱི་སྒྲོབས་བསྐྱེད་ནས། དེས་ས་ཁམས་གཉི་ལྷག་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་
 འཛིན་པའི་དབང་པོ་མིག་གཉིས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དེ། དེ་གཉིས་སྤྱ་རག་ཡིན་པའི་
 སྤྱིར། དེ་ལས་ཟླ་བ་བརྒྱན་པ་ན་ཅུས་སྤྱལ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཁམས་པ་དེ་སྒྲོས་ནས། ཆུ་
 ཁམས་ཞེ་སྤང་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་འཛིན་པའི་དབང་པོ་ན་བའི་བྱ་ག་དོད་དེ། དེ་
 གཉིས་ཡང་སྤྱ་རག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ན་ཅང་པའི་རྒྱུ་མེ་ཁམས་པ་
 དེས། ས་ཁམས་སེར་སྒྲ་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་འཛིན་པའི་དབང་པོ་སྒྲ་བྱག་བསྐྱེད་
 དེ། དེ་གཉིས་ཀྱོགས་དང་ཀྱོགས་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟླ་བ་དགུ་པར་ལྷ་བྱིན་གྱི་
 རྒྱུ་རྒྱུ་ཁམས་དེས། མེ་ཁམས་འདོད་ཆགས་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་འཛིན་པའི་
 དབང་པོ་ལྷེའི་ཁམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དེ། དེ་གཉིས་ཐབས་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།
 ཟླ་བ་བ་བརྒྱུ་པར་ནོར་ལས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་ས་ཁམས་པ་དེས། རྒྱུ་ཁམས་སྤྱག་དོག་
 རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་འཛིན་པའི་དབང་པོ་ལུས་གྱི་རིག་བྱའི་ཁམས་བསྐྱེད་དེ། དེ་
 གཉིས་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་རྒྱུ་བརྒྱའི་རྒྱས་པས་སྤྱ་བ་དང་
 རག་པ། ཀྱོགས་དང་ཀྱོགས་ཅན། ཐབས་ཤེས་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་ནམས་བསྐྱེད་
 པ་དང་རྒྱུ་བརྒྱའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་སོ། །

(3) མངལ་དུ་ཅ་རྒྱུ་ཐིག་ལེ་རྫོགས་ཤིང་སྤྱིར་སྒྲི་བའི་ཚུལ།

དེ་ལྟར་ཁམས་དང་སྒྲི་མཆེད་རྫོགས། །

ཟླ་རེ་དྲུག་སྟོང་ཙུང་ཆགས་པས། །
 མངལ་དུ་སྟོང་ཕྲག་ལྷ་བརྒྱ་བཞི། །
 རྒྱུས་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་པ་ན། །
 སྟོང་ཕྲག་བརྒྱན་ཙུང་གཉིས་རྫོགས། །
 དགུ་པ་ནས་ནི་མི་གཙང་བ། །
 དེ་ནས་རྒྱལ་མའི་ཁམས་འབྱུང་ངོ་། །
 བཀའ་སློམ་རྒྱུད་གིས་ཚར་བ་ཡིས། །
 རྒྱག་བསྐལ་དྲུག་པོ་སྟོང་བར་འབྱུང། །
 དེ་ཚེ་འབྲིན་པའི་རྒྱུད་གིས་ནི། །
 བསྐྱར་ནས་རྒྱུ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །
 མི་ཡི་སེང་གའི་གནས་སྐབས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ཁམས་དང་རྒྱེ་མཆེད་རག་པ་པ་རྫོགས་ནས། སྤ་བའི་ཙུང་མས་
 ནི་ཙུང་ཆགས་པའི་འགོ་བརྒྱུགས་པ་ནས་བཟུང་། ཉིན་ཞག་རེ་ལ་ཙུང་གཉིས་བརྒྱ་རེ་
 ཆགས་པས་ཟླ་བ་རེ་ལ་ཙུང་དྲུག་སྟོང་ཆགས་པ་དང་། ཟླ་བ་དགུའི་རིང་ལ་ཙུང་
 ཕྲག་ལྷ་བརྒྱ་ཙུང་བཞི་ (54,000) ཆགས་པ་དང་། རྒྱུས་ཟིན་པའི་རྫོགས་སྤྱ་ཡང་ཟླ་བ་
 གསུམ་གྱི་བར། ལུ་མཐུད་ནས་ཉིན་རེ་ལ་ཙུང་གཉིས་བརྒྱ་རེ་ཆགས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད།
 དེས་ན་མིའི་ལུས་རྟེན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཙུང་ཕྲག་བརྒྱན་ཙུང་གཉིས་ (72,000)
 ཚར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཟླ་བ་གསུམ་ལོན་པའི་རྫོགས་སྤྱ་ཉིན་རེ་ལ་ཙུང་གཉིས་རེ་
 སྐམ་འགོ་བར་གསུངས་པ་ཡང་། ཙུང་དེའི་བྱེད་ལས་ཉམས་འགོ་བ་ཡིན་གྱི་ཙུང་དེ་
 སྐམ་ནས་གཏན་དུ་མེད་འགོ་བ་ནི་མ་ཡིན། ཙུང་སྤ་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་མ་རྫོགས་
 གྱི་བར་དུ་རྒྱེ་བ་ཡིན་པས་ཙུང་བྱེ་བ་ཕྲག་སྟེད་དང་བཞི་ (35,000,000) བར་དུ་
 འཕེལ་བར་གསུངས། ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ཕན་ཆད་ལ་ལྷེ་དབང་མ་གྲུབ་པས་མའི་ཙུང་
 རོ་མའི་མར་སྐྱ་དང་རང་གི་ལྷེ་བའི་ཙུང་གཉིས་འཕེལ་བ་ལས། མའི་ཁ་ཟས་ཀྱི་
 དྲངས་མས་ལུས་བརྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཟླ་བ་དགུ་པ་ནས་ལྷེའི་དབང་པོ་
 རྒྱུས་པས་མི་གཙང་བ་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་གཞུགས་པོའི་ཁམས་ལ་དྲངས་རྒྱལ་གྱི་

དབྱེ་བ་བྱུང་སྟེ་ལུས་ཟུངས་བདུན་པོ་ནམས་གསར་མཐུན་རྟེན་བརྩེ་བྱེད་པའི་རྣམས་
 པ་མངལ་གནས་རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། མངལ་གནས་དེ་
 ཉིད་སྒྲིལ་བ་ལ་སྟོགས་པའི་ཆོ་རྒྱུང་འཕེལ་བའི་དབང་གིས་བཀྲེས་སྒྲིལ་གྱི་ཆོར་བའི་
 རྒྱལ་བཟལ་དྲག་པོ་མྱོང་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ཆོ་ལུས་འབྱིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུང་
 འཕེལ་ནས་མངལ་གནས་ཀྱི་གནས་སྤངས་བསྐྱུར་ཏེ་སྒྲིལ་དང་། སྐབས་དེར་མའི་
 རྟོ་བ་ལས་བྲལ་བས་ན་མི་ཡི་སེང་གའི་གནས་སྐབས་ཞེས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་སུ་
 སྒྲིལ་ཟིན་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་བསྡུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ཁམས་སྒྲིལ་མཆེད། །

ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་ལས་ཀྱབ་པ། །

དྲི་མར་བཅས་པའི་སེམས་ཉིད་ལས། །

བྱུང་སྟེ་དྲི་བཅས་སྤྲལ་སྤྲུ་གསུངས། །

དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲིལ་མཆེད་རག་པ་དང་སྤྲ་བ་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་ལས་
 ཀྱབ་པ་ཐམས་ཅད་དྲི་མ་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྒྱ་རྒྱུད་འོད་གསལ་
 བ་ལས་བྱུང་བས་ན། དྲི་བཅས་སྤྲལ་སྤྲུར་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ནི་གཞི་རྣམས་ཀྱི་
 སྤྲལ་སྤྲུ་ཡིན་ནོ། རྒྱ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མའི་མངལ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། ཟླ་
 བཅུ་ནི་ས་བཅུ། མ་ནི་མཁན་པོ། ལྷ་མ་ཆོས་ལོས། བཅས་ནས་འབྲུ་བ་སོགས་ནི་
 དབང་བདུན་གནས་སྐབས་བཞིའི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་སྤྲུ་བཞི། རང་བཞིན་
 དེ་ཡང་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། འགྱུར་བ་མེད་པར་
 རྒྱན་ཆག་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེན་གསུམ་པ།

ལུས་ཀྱི་ཚ་རྒྱས་པར་བརྟན་པའི་འགྲེལ་བ།

དེ་ནས་ཚ་རྒྱས་གནས་ཚུལ་བཤད། །

དབུ་མ་རྩ་རྒྱུ་གཙོ་མོ་དང་། །

ལམོར་ལོ་ནད་བསྐྱེད་ཚ་བཅས་དང་། །

སྒྲིང་ཐག་བདུན་ཅུ་ཚ་གཉིས་དང་། །

དེ་བས་སྤྱ་བའང་བཤད་པར་བྱ། །

རག་པའི་ལུས་ལ་གནས་པའི་སྤྱ་བའི་ཚ་མ་ཤེས་ན་དེའི་ནང་དུ་གནས་པའི་རྒྱུ་
དང་ཐིག་ལེ་མི་ཤེས་ལ། དེ་མ་ཤེས་ན་ཟབ་མོའི་དོན་མི་ཤེས་པས་ཟབ་མོ་ནང་གི་
དོན་བཤད་པ་དང་། འགལ་བ་ཡིན་པས་དེས་ན་ཆའི་གནས་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་
བདུན་ཉི། ཚ་དབུ་མ་བཤད་པ་དང་། རྩ་རྒྱུ་གཉིས་བཤད་པ། གཙོ་མོ་རྒྱས་
བཤད་པ། ཆའི་ལམོར་ལོ་བཤད་པ། ནད་བསྐྱེད་པའི་ཚ་བཤད་པ། ཚ་སྒྲིང་ཐག་
བདུན་ཅུ་ཚ་གཉིས་བཤད་པ། ཚ་སྤྱ་མོ་བཤད་པ་བཅས་སོ། །

ས་བཅད་དང་སོ། ཚ་དབུ་མ་བཤད་པ།

གཙོ་ག ཚ་དབུ་མ་དངོས་བཤད་པ།

ཐོག་མར་ལུས་བསྐྱེད་གཞིར་བྱུང་པ། །

དབུ་མ་སྒྲིག་རྒྱུ་བཅས་པ་ཉི། །

ལམོར་ལོ་དུག་གི་དབུས་ན་ནི། །

བར་ཐག་རང་སོར་བཅུ་གཉིས་དང་། །

སྐྱེད་བཅས་གསང་བ་སྤྱི་གཙུག་བར། །

ཡར་སྒྲ་ཉི་གི་རང་བཞིན་གྱིས། །

དཀར་ཆའི་དངས་མས་བཀག་པའི་ཚུལ། །

ཉི་བར་མ་ལས་ཐོབ་པ་ཡི། །

དམར་ཆ་ཁྲག་སྟེ་ཨ་ཐུང་བཟྃ་།
 དེ་གཉིས་བར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྟེན།
 སྟོག་རྒྱང་གནས་ཏི་ནམ་མཁའ་འདྲ།
 ལྷེ་འོག་མན་ཆད་རུང་ཅན་ཞེས།
 དཀར་ཆ་འབབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

རག་པ་ཐུང་ཁམས་སོ་རྒྱག་དང་། ཐུང་བ་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལུས་བསྐྱེད་པའི་བཞེར་
 གུར་པའི་རྩ་དབུ་མ་གང་དེ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས། སྟོམ་པའི་དབུ་མ་དང་གནས་པའི་
 དབུ་མ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། སྤར་མ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོང་
 དུལ་གཟུགས་ཅན་རུ་མཐོང་བ་ཡིན་ཞིང་། བྱི་མ་ནི་མ་ཤིའི་བར་རུ་ལུས་ཀྱི་དབུས་
 ན་གནས་ཤིང་། ཤི་ནས་འཇའ་བཞིན་ཡལ་འགྲོ་བར་བཤད་པ་དང་། ཡང་ཁ་
 ཅིག་གིས། སྤལ་ཚིག་ནང་གི་གཞུང་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་གིས།
 གཞུང་པའི་དབུས་ན་ཡར། ཏྲ་ཏྲ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་པ་སོགས་རྒྱན་གཏམ་
 མང་པོ་བཤད་སྟོལ་བྱུང་ཡང་། དེ་དག་ནི་རྒྱལ་བ་ཀུམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྟེན་སྟོབ་
 ཚོགས་རྗེས་འཇུག་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས། མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་དང་རིག་པ་
 གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་བཀག་བྱིན། འོ་ན་འདིར་འདོད་པའི་དབུ་མ་གང་ཞེ་ན། དབུ་
 མ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་སྟོག་རྒྱང་དེའི་རྟེན་བྱེད་པས་ན་སྟོག་རྒྱང་དེ་དང་བཅས་པ།
 འཁོར་ལོ་རྒྱག་གི་དབུས་ན་རུང་པོར་གནས་པ་ལས། འཁོར་ལོ་རྣམས་ཀྱི་བར་ཐག་
 ནི་རང་སོར་བརྟུག་གཉིས་བྱེད་དང་བརྟུག་སུམ་རེ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ཡར་སྤར་ཏྲ་གི་
 རང་བཞིན་གིས་དཀར་ཆའི་དྲངས་མས་བཀག་པའི་ཚུལ་གྱི་གནས་ཤིང་། མར་
 སྤར་ལྷེ་བའི་འོག་རུ་མ་ལས་སོབ་པའི་དམར་ཆ། ཁྲག་གི་དྲངས་མ་ལ་ཨ་ཐུང་གི་
 རྣམ་པར་གནས་ཡོད་པར་བཟྃ་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་
 རྟེན་སྟོག་རྒྱང་གི་གང་ནས་གནས་ཏི་སྟོང་སང་ངེ་བ་རྣམ་མཁའ་དང་འདྲ་བ་ཡིན།
 ལྷེ་འོག་རྩ་གསུམ་འདུས་མདོ་མན་ཆད་ཀྱི་དབུ་མ་ལ་རུང་ཅན་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་
 ལས་དཀར་ཆ་འབབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། གྱེ་དོ་རྟེན་ལས། ཤེས་རབ་ལྔ་བ་འབབ་
 བཤད་པ། །དེ་ནི་ཀུན་འདར་མར་རབ་གྲགས། ཞེས་དབུ་མ་ལས་ཁུ་བ་འབབ་

པར་བཤད་དོ། །

དེས་ན་རྒྱལ་བ་རང་ཕྱང་རྩོམ་བཞིན་པའི་ཚ་དབུ་མ་ནི། མིའི་ལུས་ལ་དངོས་
 ལུ་གནས་པའི་ཚ་སྟེ། ཟུར་མཁར་བའི་མེས་པོའི་ཞལ་ལྷང་དུ་དབུ་རྒྱུ་རོ་གསུམ་
 བཤད་པར། རོ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོག་ཚ་ནག་པོ་བཤད་པ་དང་། རྒྱུ་མ་དང་
 འབྲེལ་བའི་སྟོག་ཚ་དཀར་པོ་བཤད་པ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེའི་འབྲེལ་བཤད་
 ལས། རོ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚ་ནི་གཙོ་པོ་ནང་དུ་རྒྱུ་བའི་ཁམས་དཀར་དམར་
 གྱི་དབང་གིས་དཀར་པོ་དང་ནག་པོ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ལས། ཕྱི་མ་སྟོག་ཚ་ནག་
 པོ་ནི་ཁྲག་རྩའི་ཡལ་ག་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་གཞི་སྟོང་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ། དེ་ལས་
 ཡལ་གའི་རྩལ་དུ་གྱེན་ལ་གྱེས་པའི་ཤ་ཁྲག་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཚ་ཆེན་པོ་ཉི་ཤུ་
 ཚ་བཞི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་མེས་པོའི་ཞལ་ལྷང་ལས།
 རྒྱུ་མའི་ཡར་རྩལ་བསྐྱེད་པའི་སྐད་པ་ནི་ཚ་དཀར་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་གཞི་
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་མཚུངས་པ། དེ་ལས་ཚ་བ་ལྟར་བྱར་ཁ་བྱར་བལྟས་སུ་བྱུག་
 པའི་ཚ་རྒྱུངས་པ་ནི་སྟོག་ཚ་དཀར་པོ་སྟེ་གཙོ་པོ་ཡིན་ལ། ཞེས་རྒྱུ་མ་ནི་ཚ་
 དཀར་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དང་། དབུ་མ་ནི་སྟོག་རྒྱུང་རྒྱུ་བའི་གནས་སུ་བཤད་
 པས། རྒྱུ་གི་ཁམས་དྲངས་མ་དེ་ཉིད་འཇུག་པའི་ལྷལ་གྱི་ཚ་དེ་ལ་ཟེར། དེས་ན།
 དབུ་མ་ཞེས་པ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་ཚ་ཡིན་པ་རྒྱུད་གཞུང་དང་སྒྲུབ་གཞུང་
 གཉིས་ཀར་བཤད་པས། འདིར་དབུ་མ་ཞེས་པ་འཕར་ཚའམ་རྒྱུང་ཚ་དམར་པོ་
 (Aorta) དེ་ཡིན། རོ་མ་ཞེས་པ་ཁྲག་རྩའམ་སྟོང་ཚ་ནག་པོ་ (Vena cava)
 ཡིན། རྒྱུ་མ་ཞེས་པ་རྩ་རྩའམ་རྩ་དཀར་ (Nerve) ལ་ཟེར། མདོར་ན་དབུ་རྒྱུ་
 རོ་གསུམ་ཞེས་པ། དེ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ལ་ཡོད་པའི་སྟོག་ཚ་དཀར་ནག་
 གཉིས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཞིབ་དུ་དབྱེ་ན་སྟོག་ཚ་ནག་པོ་སྟེ་ཁྲག་རྩ་ལ་འཕར་ཚ་
 དང་། སྟོང་ཚ་གཉིས་དབྱེ་བར་དེ་ལས་འཕར་ཚ་ནི་དབུ་མ་དང་། སྟོང་ཚ་ནི་རོ་མ་
 ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།

དེས་ན་ལུས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ཚ་ཐིག་རྒྱུང་
 གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྱར་གང་བཤད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐལ་མ་པའི་ལུས་ལ་

དངོས་སུ་བསྟན་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་། སྟོན་གྱི་འཆད་གཉེར་བ་ལག་གཅིག་
གིས་རྒྱུད་སྟེའི་གཞུང་འཆད་སྐབས། བྲིད་ལུང་ལྟ་བུས་དཔེ་ཐོག་ནས་བྲིད་མཛད་
པ་ཅམ་ལས། ལག་ལེན་དམར་བྲིད་མཛད་མཁན་དང་ཤེས་མཁན་གཉིས་ཀ་ཀྱང་
སྟབས་རྒྱུད་ལ་སྟོབ་གཉེར་བ་མང་པོ་ཞིག་མགོ་ཚོངས་ནས། ལུས་དངོས་པོའི་
གནས་ལུགས་བསྟན་པའི་ཙ་གནད་རྣམས་ནི་ངག་ཐོག་གི་མིང་ཅམ་ལས་ལུས་ཐོག་
ཏུ་དོས་བབྱང་བའི་སྟོལ་ཉམས། དེས་ན་དེང་རུས་ཁ་ཅིག་གིས་རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་སུ་
བཤད་པའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་འདི་དག་གསོ་རིག་གི་གཞུང་དང་སྒྱུར་མི་རུང་
བར་བཤད་པ་ནི་ཏ་ཅང་རྒྱན་པོའི་གཏམ་སྟེ། དེང་རུས་བཤགས་བཅས་རིག་
གཞུང་ལ་མཁས་པར་བསྐབས་པ་ཞིག་གིས། རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་སུ་བཤད་པའི་ལུས་
དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི། ཚའི་དབྱེ་བ་དང་བྱེད་ལས་ལ་
བརྟམ་ན། རྒྱུད་སྟེའི་གཞུང་རུ་བསྟན་པའི་ཙ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་རང་རེའི་ལུས་
ཐོག་ཏུ་བཅའ་བ་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེར་མེད་པར་སེམས། རང་གི་མི་ཤེས་པ་རྒྱ་
མཚན་ཏུ་བྱས་ནས་སྒྱུར་མི་རུང་བར་བཤད་ན། འོ་ན་བཤད་རྒྱུ་དུ། ཤ་གནད་
བཞི་ཅུ་ཙ་ལྟ་ཆོལ་གནད་བརྒྱད། །རུས་པའི་གནད་ནི་སུམ་ཙ་གཉིས་ཏེ། །རྒྱས་
གནད་བཅུ་བཞི་དོན་གནད་བཅུ་གསུམ་དང་། །ཙ་གནད་བརྒྱ་དང་དགུ་བཅུ་
ཐམ་པ་ཡོད། ཅེས་པ་འདི་ནི་ཐ་མ་པའི་ལུས་ལ་གནས་དགོས་དེས་ཡིན་ཀྱང་།
པོད་ཀྱི་ལྟ་རྟེན་གཞི་གཞིན་སུ་ལ་བྲིས་ཀྱང་། འདི་དག་ཆ་ཆང་བ་རེ་རེ་བཞིན་ལུས་
ཐོག་ནས་གསལ་ལྟར་དེར་སྟོན་སྟབ་མཁན་ཞིག་ད་པན་མ་མཛོང་བས། འོ་ན་
བཤད་རྒྱུ་དུ་བསྟན་པའི་ཙ་གནད་འདི་དག་ཀྱང་ལུས་དང་སྒྱུར་མི་རུང་བ་ཡིན་
ནམ་ཞེན་ཅི་སྟེ། རུས་ཐྱིས་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས་གོ་
ལོ་ཐོས་ལོ་ཅམ་ལས་ལག་ལེན་དམར་བྲིད་ཀྱི་འཆད་ཐབས་ཉམས་པས། རྒྱུད་སྟེ་
རྣམས་སུ་བསྟན་པའི་ལུས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བཤད་པ་རྣམས་སོ་སོའི་ལུས་
དང་སྒྱུར་ནས་ངོ་སྟོན་བྱེད་མ་སྟབ་པ་འདི་བྱང་བ་རེད།

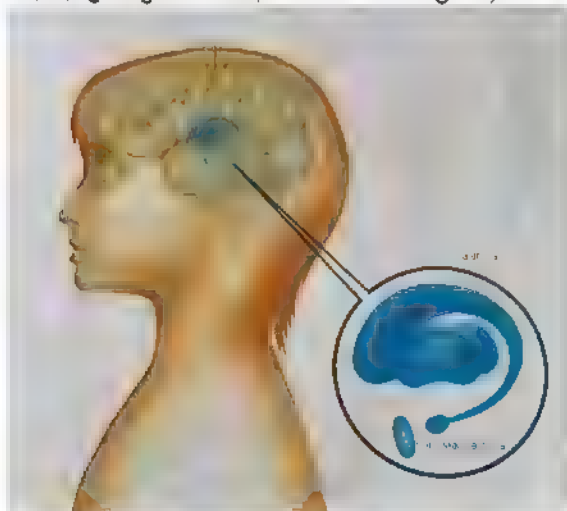
གཉིས། ཙ་དབྱེ་མ་གང་ཡིན་ལུང་གིས་རྒྱབ་པ།

འདི་ནི་སྟོམ་པ་འབྱུང་བ་ནས། །

རྩིང་གའི་ཚུ་རྩེས་དབྱུས་སོན་པ།
 ཚུ་ཤིང་གི་མེ་ཉླ་ལྟར་སྟོང་པ།
 ཉླ་ནི་འཕྱང་ཞིང་འོག་ཏུ་ལྷ།
 མར་སྒྲ་མར་མེ་ལྷ་བྱས་བརྒྱན།
 དེ་འོག་བྱང་སེམས་མཉམ་འབབ་པ།
 ཨ་བ་རྩུ་ཏྲིར་ཤེས་བྱ་སྟེ།
 ལྟན་ཅིག་རྩེས་སྟེར་བྱེད་པའོ།
 མདོར་ན་ལྷས་ཅན་སྟོག་ཙ་ཡིན།

འོ་ན་མིའི་ལྷས་ལ་ཙ་དབྱུ་མ་དངོས་པོར་གནས་ཡོད་པའི་རྩུབ་བྱེད་ཅི་ཞིན།
 འདི་ནི་བདེ་མཆོག་སྟོན་འབྱུང་ལས། དབྱུ་མ་ནི་རྩིང་གའི་ཚུ་རྩེས་ཀྱི་དབྱུས་སུ་
 སོན་པ་ལས་སྟེང་འོག་ཏུ་གྲེས་པ། ཚུ་ཤིང་གི་མེ་ཉླ་ལྟར་དྲངས་ཤིང་ནང་སྟོང་པ།
 དེའི་སྟེང་གི་ཙ་མོར་ཉླ་ཡིག་ནི་ཐུར་ཏུ་འཕྱང་ཞིང་མགོ་པོ་འོག་ཏུ་བལྟ་བ། མར་
 སྒྲ་སྟེ་འོག་ཏུ་ཨ་ཤད་མར་མེ་ལྷ་བྱ་གྲེན་ཏུ་འབར་བས་བརྒྱན་པ། དེ་འོག་ཙ་གསུམ་
 འདུས་མདོ་ནས། ཙ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱང་སེམས་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་འབབ་པ།
 འདི་ཉིད་ཨ་ལ་རྩུ་ཏྲིར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཙ་དེ་ལ་རྩུང་བཅིངས་ཤིང་ཐིག་ལེ་རྩུངས་
 བ། རང་སེམས་ལྟན་ཅིག་རྩེས་པའི་ཡེ་ཤེས་མདོན་ཏུ་གྱུར་པའམ་སྟེར་བ་བྱེད་པ་
 པོ་ཡིན་ནོ། མདོར་བསྟུས་ན་ལྷས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་ཙ་བཤད་པ་ཡིན་ལ། འདི་
 ལ་མིང་གི་རྣམ་གངས་སུ་དབྱུ་མ་དང་། ཨ་ལ་རྩུ་ཏྲི། ལྟན་འདར་མ། ལྟན་སྟངས་མ།
 ཡིད་བཟང་མ། སྤ་གཟུགས་མ། ཐར་པའི་ལམ་པོ་ཆེ། བྱང་གི་ཤིང་གཅིག་བཅས་
 ཀྱི་དབྱེ་བ་བགྲངས་འདུག །ཙ་དབྱུ་མའི་སྟེང་གི་ཙ་མོར་ཉླ་ཡིག་ཐུར་ཏུ་འཕྱང་
 ཞིང་མགོ་པོ་འོག་ཏུ་བལྟ་བ། ཟེར་བ་དེ་དང་རབས་གསོ་རིག་གིས་འགྲེལ་བཤད་
 བྱང་ཏུ་མྱད་རྩིང་ན་ཡོད་པའི་ཙ་དཀར་ཀྱི་ལྟེ་བ་ལྟ་ Position of the basal ganglia
 ཟེར་བུའི་ཆེན་རིགས་འདིའི་དབྱིབས་དང་དོན་གཅིག་འདྲ་པོ་འདུག་པས། བོད་ཀྱི་
 ཙ་དབྱུ་བྱང་རོ་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་བཤད་དེ་དག་དང་རབས་གསོ་རིག་གིས་བདེན་
 དཔང་བྱེད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད་འདུག།

ཏྱི་ཡིག་ནི་ཐུར་དུ་འཕྱང་ཞིང་མགོ་བོ་འོག་དུ་བལྟ་བའི་དཔེ།



ས་བཅད་གཉིས་པ། ཅེ་རྩེ་རྩེ་གཉིས་བཞད་པ།

གཅིག །རྩེ་རྩེ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་བཞད་པ།

གཡས་གཡོན་རྩེ་རྩེ་གཉིས་པོ་ནི། །

ཉེ་བ་ནས་གྲུ་མ་ལུ་མར་འབྱེལ། །

དེ་ནས་ཉེ་བར་གར་ཅུང་ཟད་འདུས། །

མཆན་འོག་བརྒྱད་ནས་མགྲིན་པར་སྟེ། །

ཅེ་རྩེ་ནས་ནི་སྟེ་བོར་འབྱེལ། །

སྟེ་བྱག་གཉིས་སུ་ཡར་སྟེ་འབྱེལ། །

འོག་དུ་གསུམ་འདུས་ནས་གྲུ་ཏེ། །

ཁྲག་དང་དྲི་ཆེན་འབྲིན་སྟེ་མ་གྲུས། །

ལས་ནི་གཡས་པ་རོ་མས་བྱེད། །

གཡོན་ནས་རྩེ་མས་དྲི་ཆུ་ཡིས། །

འབྲིན་སྟེ་མ་བྱེད་པར་བཞད་པ་ཡིན། །

ཉེ་ཉེ་ཡན་ཆད་རྩེ་རྩེ་སྟེ། །

ཉེ་བར་ཅ་ནི་དུག་ཅུ་བཞི། །

ཐི་ནང་རྒྱང་ཀྲན་གསོ་བསྐྱེད་བྱེད། །

དེ་ཡང་དབུ་མའི་གཡས་གཡོན་ཏུ་གནས་པའི་རོ་རྒྱང་གཉིས་པོ་ནི། ཉེ་བ་
ནས་གྲུས་མཁལ་མའི་ཅ་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ། དེ་ནས་སྒྲིང་ཁར་ཅུང་ཟད་འདུས་ཏེ་
མཆན་འོག་བརྒྱད་ནས་མགིན་པར་འདུས། དེ་ནས་ཅེ་རྒྱང་ཏུ་བྱུག་ནས་ན་བའི་
འོག་ཏུ་ཕྱག་ཅིང་སྒྲོན་ཤིང་གི་ཅ་དང་འབྲེལ་ཏེ། ལྷང་རྒྱ་ཕྱག་ནས་སྒྲི་བོར་འབྲེལ་
ཉེ་ཅའི་ཡར་སྒྲ་གཉིས་སྒྲ་བྱག་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཅ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་ཆ་དེ་འོག་
ཏུ་ཅ་གསུམ་འདུས་མདོ་ནས་གྲུས་ཏེ་གཡས་རོ་མས་ཁྲག་དང་རྒྱ་ཆེན་འབྲིན་སྒྲིམ་
གྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་། གཡོན་རྒྱང་མས་རྒྱ་ཆུ་འབྲིན་སྒྲིམ་གྱི་ལས་བྱེད་དོ། ཉེ་བའི་
སྒྲིང་ཡན་ཆད་རྒྱང་རྒྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་ཅ་ནི་དབུ་མ་ལས་གྲུས་པའི་ཅ་བཞི་
དང་། དེ་ལས་བར་ཐག་དང་འབྲེལ་ཏེ་གསུམ་གསུམ་གྲུས་པ་བརྒྱ་གཉིས། བརྒྱ་
གཉིས་པོ་དེ་དེ་ལའང་ལྷ་ལྷ་གྲུས་པས་དུག་བརྒྱ་དང་། ཅ་བ་སྒྲིང་པ་དབུ་མའི་
ཅ་བཞི་ཉེ་ཅ་དུག་བརྒྱ་དེ་བཞི་ནི་ཐི་རོལ་ཏུ་ཁ་སྒྲ་དང་། འོག་སྒྲོ་སོགས་སུ་རྒྱ་བའི་
རྒྱང་དང་། ནང་ཏུ་སྒྲོག་ཆེན་པོའི་རྒྱང་སོགས་ལྷས་བྱངས་ཀྱི་ཅ་ལག་ན་མས་སུ་རྒྱ་
བའི་རྒྱང་གི་རིགས་ཐམས་ཅད་གསོ་བསྐྱེད་བྱེད་ཡས་ཡིན་ནོ། །འདིའི་ཅ་འདབ་
གྲུས་ཚུལ་ཉེ་བའི་ཅ་འཁོར་གྱི་དཔེ་རིས་ལ་སྒྲིམ་ཤིག །

གཉིས། ཅ་རོ་རྒྱང་གཉིས་གང་ཡིན་ལྷང་གིས་སྒྲུབ་པ།

འདི་ནི་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ལས། །

དེ་ནི་ཐུར་ཏུ་ཅེ་གསུམ་སྟེ། །

དེ་བཞིན་གྱིན་ཏུ་འང་ཅེ་གསུམ་མོ། །

སྒྲ་གཅན་ཅེ་མོ་དབུས་ན་གནས། །

ཉི་མའི་ཅེ་མོ་གཡས་པའོ། །

ཟུང་བའི་ཅེ་མོ་གཡོན་པའོ། །

རྒྱ་དང་མེ་དང་ནམ་མཁའ་རྒྱ། །

གཡས་གཡོན་དབུ་མའི་མར་སྒྲ་ནས། །

བཤང་བ་གཅིན་པ་ཁུ་བ་རྒྱ། །

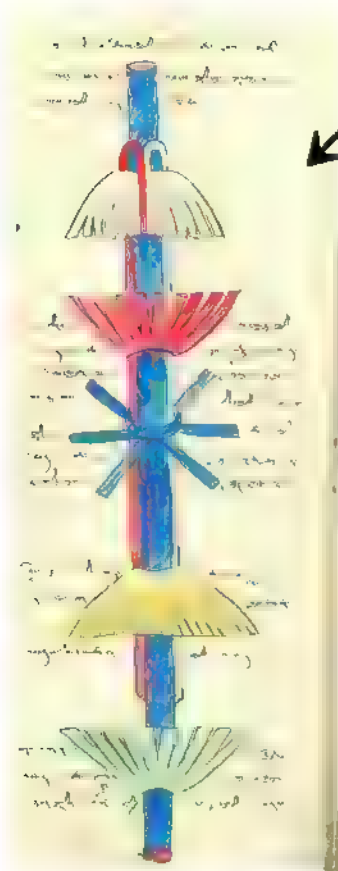
ལྷགས་སྒྲོག་བཅིངས་པ་ལྟ་བུའི་ཙ། །

སྒྲོག་དང་ཐུར་སེལ་ལམ་སུམ་ཉིད། །

རྩ་རྒྱུ་གཉིས་པོ་རང་རེ་ཐ་མ་པའི་ལུས་ལ་གནས་ཏེ་བྱེད་པའི་ཚུལ་དང་པོའི་
སངས་རྒྱས་ལས། ཙ་དེ་ནི་ཐུར་དུ་གཤང་གཅི་ཁུ་བ་གསུམ་འབབ་པའི་ཙེ་གསུམ་
ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གྲེན་དུ་འང་ཙེ་མོ་གསུམ་མོ། ཙེ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་སྒྲོ་
གཅན་ཉི་སྒྲོག་རྒྱུང་གནས་པའི་ཙ་དབུ་མའི་ཙེ་མོ་དབུས་ན་གནས་ཤིང་། ཉི་མ་ཉི་
ཁམས་དམར་གནས་པའི་རྩ་མའི་ཙེ་མོ་གཡས་ལའོ། རྒྱ་བ་ཉི་ཁམས་དཀར་གནས་
པའི་རྒྱུང་མའི་ཙེ་མོ་གཡོན་ལའོ། རྒྱུང་མ་ལས་ཚུ་རྒྱུང་དང་། རྩ་མ་ལས་མེ་རྒྱུང་།
དབུ་མ་ལས་ནམ་མཁའི་རྒྱུང་རྒྱ་ཞིང་། གཡས་གཡོན་དབུ་མ་གསུམ་པོའི་མར་སྒྲ་
ནས་གཡས་རྩ་མ་ནས་བཤང་བ་དང་། གཡོན་རྒྱུང་མ་ལས་གཅིན་པ། དབུ་དབུས་
མ་ལས་ཁུ་བ་ནམས་རྒྱ་བར་བྱེད། ཙ་འཁོར་སོ་སོའི་ཉི་བར་ལྷགས་སྒྲོགས་བཅིངས་
པ་ལྟ་བུར་ཙ་ནམས་འདུད་ཏེ་གནས་ཤིང་། ཙ་དེ་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆའམ་ཉིང་དུ་
སྒྲོག་རྒྱུང་རྒྱ་བའི་ལམ་གསུམ་དང་། སྟོང་ཆའམ་འོག་དུ་ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱུང་རྒྱ་བའི་
ལམ་གསུམ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་སོ། །

འདིར་རྒྱུད་ཉི་ནམས་ཙ་དབུ་རྒྱུང་རྩ་གསུམ་ཟེར་བ་དེ་པོད་གྱི་གས་རིག་གི་
གཞུང་དུ་ཙ་དཀར་དང་ཙ་ནག་གཉིས་ཟེར་ཞིང་། དེའང་ཙ་དཀར་ཞེས་ཚུ་རྒྱས་
གྱི་རིགས་དང་། ཙ་ནག་ཅེས་ཁྲག་ཙ་ལ་ཟེར། ཁྲག་ཙ་ལའང་ནང་གསེས་སུ་རྒྱུང་
ཁྲག་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བའི་འཕར་ཙ་དང་། རྒྱུང་གི་རྩ་མ་ཐུར་པའི་སྟོང་ཙ་གཉིས་ཡོད།
དེས་ན་ཙ་དཀར་ཞེས་པ་མིང་གཞན་ཙ་རྒྱུང་མ་དང་། དབྱིན་སྐད་དུ། Nerve
ཟེར། རྒྱ་སྐད་དུ། 神经 ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་འཕར་ཙ་ཞེས་པ་མིང་གཞན་དུ་ཙ་
དབུ་མ་ཟེར། དབྱིན་སྐད་དུ། Artery དང་། རྒྱ་སྐད་དུ། 动脉 ཟེར། སྟོང་ཙ་ཟེར་
བ་དེ་མིང་གཞན་དུ་རྩ་མ་ཟེར། དབྱིན་སྐད་དུ། Vein དང་། རྒྱ་སྐད་དུ། 静脉
ཟེར། དབུ་རྒྱུང་རྩ་གསུམ་ཟེར་བ་ནི་གནས་དང་། བྱེད་ལས། རྩ་པོ་བཅས་ལ་
བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག །

ཅ་དབུ་རྒྱང་རོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་རིས།



ཅ་དབུ་རྒྱང་རོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་རིས།

དཔེ་རིས་ཅ་དོན་གཅིག

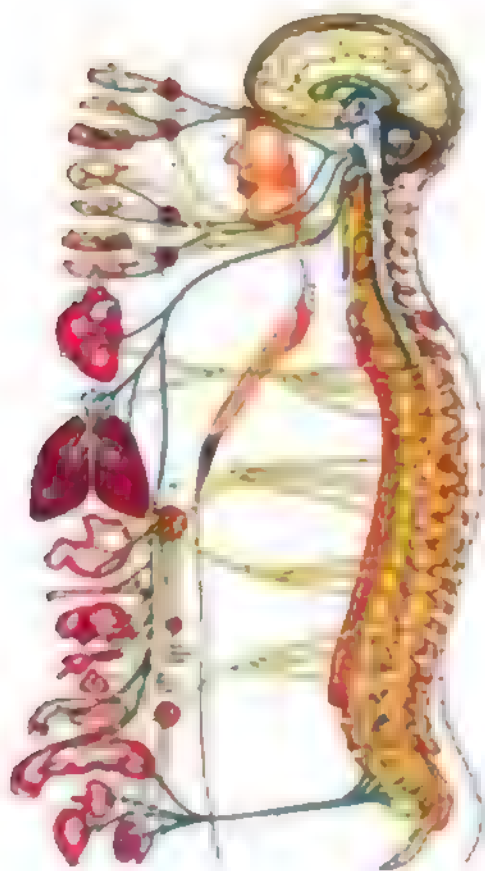
རོ་མ་དང་ཕྱོད་ཅ་དོན་གཅིག

རྒྱང་མ་དང་ཅ་དཀར་དོན་གཅིག

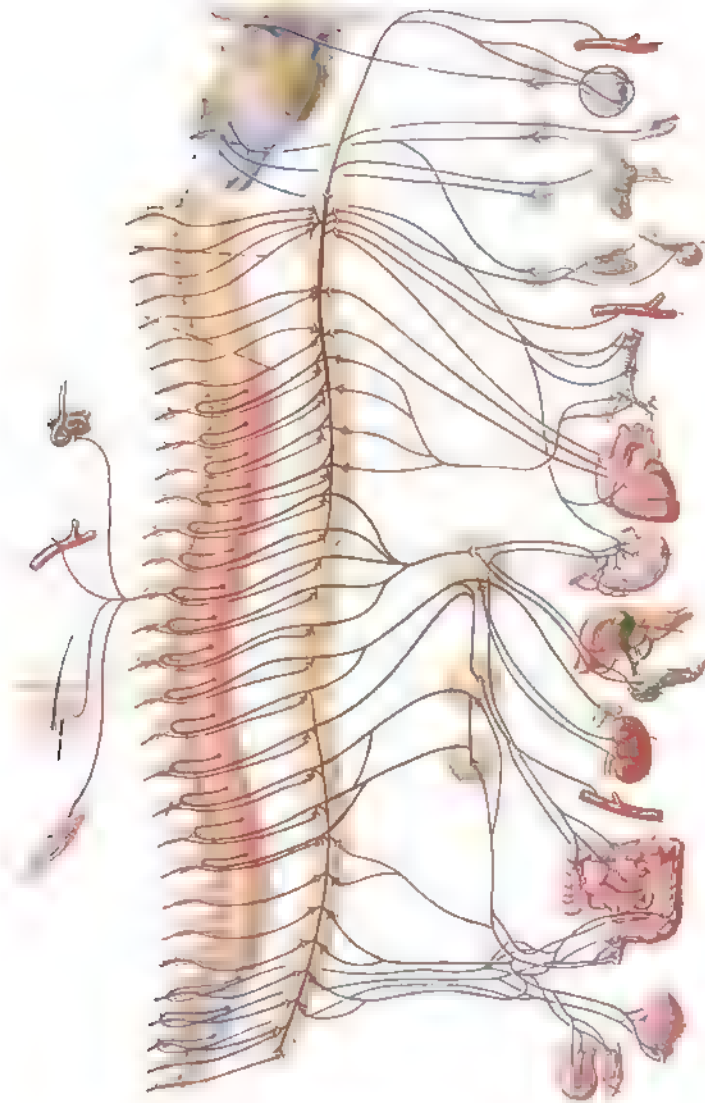




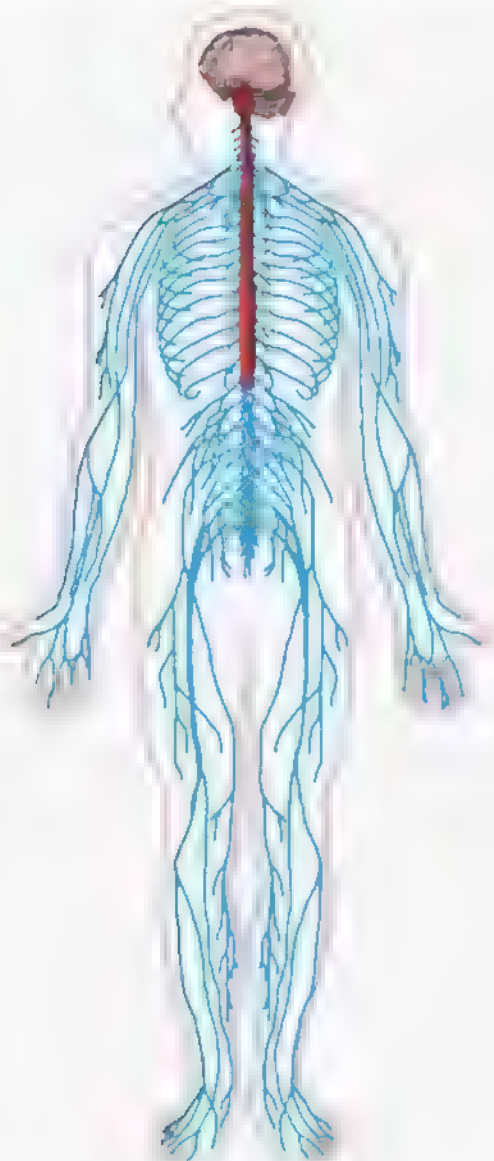
ཅ་དཀར། རྒྱང་མའི་མ་ལག



ཚ་དཀར་མ་ལག



ཚུ་དཀར་མ་ལག



ས་བཅད་གསུམ་པ། ཅུའི་གཙོ་མོ་རྣམས་བཤད་པ།

གཅིག ། ཅུ་ཉིང་བཞི་པོ་ངོས་བཟུང་བ།

འདི་ལས་ཁྱེས་པའི་ཆ་ཆེན་པོ། །

ཉི་ཤུ་བཞི་སྟེ་སྟིང་ག་ཡི། །

ཡན་ལག་རྒྱང་ནི་བརྟེན་པའི་ཆ། །

ལྷ་དང་གཙོ་མོ་གསུམ་བཅས་པས། །

སུམ་ཅུ་གཉིས་ཏེ་ཆ་བ་ཡིས། །

རྒྱང་བརྟེན་ཆ་བཅས་སུམ་ཅུ་བརྟན། །

ཆ་གཙོ་མོ་གསུམ་པོ་འཁོར་ལོ་སོ་སོའི་གནས་སུ་འདུད་ཏེ་ནང་ཁོང་འབྲེལ་པའི་རོ་
རྒྱང་གཉིས་ལས་ཁྱེས་པའི་ཆ་ཆེན་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྟིང་རུ་སྟིང་
གའི་ཡན་ལག་གི་རྒྱང་བརྟེན་པའི་ཆ་ལྷ་དང་། ཅུའི་གཙོ་མོ་གསུམ་སྟེ་བརྟན་
བཅས་བསྟོམས་པས་ཆ་སུམ་ཅུ་ཆ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། དེའི་སྟིང་རུ་ཆ་བའི་
རྒྱང་ལྷའི་རྟེན་གྱི་ཆ་ལྷ་དང་བཅས་པས། ཅུའི་དབྱེ་བ་གཙོ་པོ་སུམ་ཅུ་ཆ་བརྟན་
ཡོད་དོ། ། ༡ རྒྱང་མའི་ཡན་ལག་ཆ་བརྟན་བཞི་བསྟན་པ།

འདི་ཡི་གཡོན་པའི་ཆར་སྦྱེས་པ། །

མི་ཐུང་མ་ནི་འཆོགས་མར་གནས། །

སྤ་གཟུགས་མ་ནི་སྤྱི་གཙུག་འབྲེལ། །

ཆ་བ་མ་ནི་རྣ་གཡས་ཏེ། །

ཐུང་རུ་ཞེས་བྱ་ན་བ་གཡོན། །

ཐུས་སྤལ་སྦྱེས་མ་སྤོན་དབུས་ཏེ། །

མིག་གི་སྤྱི་རོལ་སྟོམ་པ་མོ། །

དབང་མ་སྤག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆ། །

སྟོན་མ་མཆན་ཁྱང་ཆ་ཡིན་ཏེ། །

མཇུག་མ་ཞེས་བྱ་བ་མའི་ཆ། །

མ་མོ་ལྷ་བའི་རྩ་ཡིན་ཏེ། །
 ལྷ་རྩེར་བྱག་པ་མཆན་མོ་མའོ། །
 ཁ་ལ་གནས་པ་བསེལ་སྤྱོད་མ། །
 མགྲིན་དབུས་ཆ་བ་མ་གནས་སོ། །
 རྒྱུང་མ་དེ་དག་ཀྱང་བརྟེན་པའོ། །
 འདི་ནམ་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་ནོ། །
 རྒྱུང་མའི་ཡན་ལག་གི་རྩའི་རེའུ་མིག་

རྩའི་མིང་།	རྩའི་གནས་	རྩའི་བྱེད་ལས་	དཔེ་རིས་
མི་བྱེད་མ	འཆོགས་མ	བདེ་སྤྱོད་བྱེད་	༡
སྤྱ་གཟུགས་མ	སྤྱི་གཙུག་	ནམ་རྟོག་སྤྱ་བ་བྱེད་	༢
བརྟེན་བ་མ	རྩ་བ་གཡས་	བདེ་བ་ལ་བརྟེན་བ་	༣
གཡོན་པ་མ	ལྷག་རྩ་		༤
རྒྱུང་ཏུ་	རྩ་བ་གཡོན་		༥
ཏུས་སྤྱལ་སྤྱོས་མ	མིན་དབུས་	མིང་ཞི་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་ པའི་རྟོག་པ་བྱེད་པ་	༦
སྒྲོམ་པ་མོ་	མིག་གི་ཕྱི་རོལ་	བདེ་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་	༧
དབང་མ	སྤྱག་པ་གཉིས་	རྟོག་པའི་དྲི་མ་འཁྱུད་	༨
སྤྱོན་མ	མཆན་ཁུང་	ཉོན་མོངས་པ་བྱེད་	༩
མཐུག་མ	རྩ་མ་	ཡི་ཤེས་ལ་འཐུག་པ་	༡༠
མ་མོ་	ལྷ་བ་	ཏིང་འཛིན་གྱི་གཞིར་བྱེད་	༡༡
མཆན་མོ་མ	རྩ་རྩེ་	ནམ་རྟོག་རྩལ་པ་	༡༢
བསེལ་བྱིན་མ	ཁ་	ཉོན་མོངས་གདུང་བ་ཞི་བར་བྱེད་	༡༣
ཆ་བ་མ	མགྲིན་དབུས་	རྫོང་བྱེད་	༡༤

ལུས་ཀྱི་གཡོན་གྱི་ཆ་ལས་སྤྱོས་པའི་རྒྱུང་མའི་ཡན་ལག་རྩ་བ་ཅུ་བཞི་པོ་འདི་
 དག་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ།།འདིར་འགྲེལ་པ་ནམས་སུ་རྒྱུང་མའི་ཡན་
 ལག་གི་རྩ་འདི་དག་བསམ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་རབ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཐབས་ཀྱི་
 རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། རོ་མའི་ཡན་ལག་གི་རྩ་འདི་དག་བསམ་པའི་སྒྲོ་ནས་
 ཐབས་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ཡིན་པར་བཤད།

༡ རོ་མའི་ཡན་ལག་ཙ་བརྟུ་བསྟན་པ།

རོ་མ་ལ་བརྟེན་ཐབས་ཀྱི་ཆ། །

གཞིལ་མ་བྱང་གི་གཞུང་ཏུ་གནས། །

རངས་མ་སྒྲང་བར་འབྲེལ་པ་སྟེ། །

ཤིན་ཏུ་གཞུགས་ཙན་མཆོན་མར་གནས། །

སྤྱི་མ་འོག་སྒྲོར་འབྲེལ་པ་སྟེ། །

རྒྱ་སྤྱོན་བརྒྱ་ཡི་ཙ་ཆེན་ཡིན། །

སྒྲོར་བལ་མ་ནི་བྱིན་པར་གནས། །

ཏུ་ལྷ་རྒྱང་པའི་སོར་སོར་འབྲེལ། །

ལྷ་མ་བོལ་གོང་ཙ་ཡིན་ཏེ། །

འཆོད་མ་རྒྱང་མཐེབ་སྤུ་འབྲིལ་ཙ། །

ཡིད་བཟང་སྤུས་མོའི་གཉན་གོང་གནས། །

དེ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་གནས་སྤུ་འདོད། །

རོ་མའི་ཡན་ལག་གི་རྩའི་རེའུ་མིག

རྩའི་མིང་།	རྩའི་གནས	རྩའི་བྱེད་ལས	དཔེ་རིས
གཞིལ་མ	བྱང་གཞུང	བདེ་བ་ལ་གཞིལ་བ	༡
རངས་མ	སྒྲང་བར་འབྲེལ	བདེ་བས་ཡིད་ཆོམས་པ	༢
ཤིན་ཏུ་གཞུགས་ཙན	མཆོན་མ	ཏིང་འཛིན་ལུན་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད	༣
སྤྱི་མ	འོག་སྒྲོར་འབྲེལ	མཉམ་པ་ཉིད་བསྐྱེད	༤
རྒྱ་སྤྱོན	བརྒྱ་ཡི་ཙ་ཆེན	ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱོར	༥
སྒྲོར་བལ་མ	བྱིན་པ	ཏུག་བསྐལ་གྱི་སྒྲོར་བ་དང་བལ་བྱེད	༦
ཏུ་ལྷ་མ	རྒྱང་པའི་སོར་སོར་འབྲེལ	ཏིང་འཛིན་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་བསྐྱེད་པ	༧
ལྷ་མ	བོལ་གོང	ཡིད་ལ་འདོད་པ་ལྷ་མ་པ	༨
འཆོད་མ	རྒྱང་མཐེབ་སྤུ་འབྲིལ	རྣམ་རྟོག་ཡི་ཤེས་སྤུ་བསྐྱེད	༩
ཡིད་བཟང	སྤུས་མོའི་གཉན་གོང	ཡིད་བདེ་བའི་ཏིང་འཛིན་བསྐྱེད་པ	༡༠

དེ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་གནས་སུ་འདྲི། ཞེས་པ་དེ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་སྒྲ་གནས་དེ་རྣམས་སུ་
ཁམས་ཀྱི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་བ་རེ་ཡོད་པར་འདྲི་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། སྤུངས་པའི་ཆ་ལ་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ།

ལྷན་སྐྱེད་འདོད་མ་བྱིས་མ་དང་།

གདུམ་མོ་ཁིས་བྱ་ཆ་ནི་བཞི།

མིག་དང་རྩ་བ་སྣ་དང་ལྗེས། །

སྒྲིང་དབྱུག་ནས་འབྲེལ་སྒྲིང་སྒྱུ་ལི་ཙ། །

བདུད་བྲལ་མེ་ཆུང་དབྱེས་སུ་གནས།

འདིར་ནི་ལྷས་ཀྱི་སྒྲིང་དབུས་སུ།

ཅ་ལཱ་པོ་ནི་ཡང་དག་གནས།

ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་

གཞན་ནི་མ་བཤོམ་ཆུང་ཆུང་གནས།

དེ་ཡང་ཅ་སྟུམ་སྒྲིལ་མ་དང་། འདྲོད་མ་དང་། བྱིམ་མ་དང་། གཏུམ་པོ་ཞེས་
 བྱ་བའི་ཅ་བཞི་ནི། རིམ་བཞིན་རུ་མིག་དང་། རྩ་བ། རྩ་ལྗེ་བཅས་བཞི་ལ་འབྲེལ་
 རྣམ་གཟུགས་འཛིན་པ་ལ་སྟགས་པའི་དབང་པོའི་བདག་སྟེན་བྱེད་ཅིང་། ཅ་བ་
 རྣམས་སྒྲིང་གི་དབུས་ནས་རྒྱང་རྒྱ་ལ། དབང་པོའི་བདག་ཡང་སྟོགས་གཅིག་བྱེད་
 པ་ཡིན་གྱི་དབང་པོའི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ནི་ཅ་དང་། དེའི་ནང་རུ་རྒྱ་བའི་
 རྒྱང་དང་། དེ་དང་སྟེན་གཅིག་རུ་གནས་པའི་ཐིག་ལེ་སྟེ་སེམས་ཐམས་ཅད་ཚྲིགས་
 པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། ཅ་བཞིའི་པོ་དེའི་སྟག་རུ་བརྟུང་བལ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ཅ་
 ཞིག་ཅ་བ་སྒྲིང་དབུས་སུ་བྱུག་ཅིང་། ཅེ་མོ་སྟེ་རྒྱ་རྒྱང་གི་དབུས་སུ་བྱུག་སྟེ་ནོར་ལས་
 རྒྱལ་གྱི་སྟོགས་གཅིག་གི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། རེག་བྱ་འཛིན་པ་དང་ཁམས་ཀྱིན་རུ་
 འདྲེན་པའི་ལས་བྱེད་དོ། དེ་མ་ཟད་འདྲིར་ལུས་ཀྱི་ནང་རུ་གནས་པའི་ཅ་བའི་རྒྱང་
 ལྡེའི་རྟེན་གྱི་ཅ་ལྡེ་པོ་ཡང་དག་པར་གནས་པ་དེ་ཡང་སྟགས་པའི་ཅ་ལྡེ་ཞེས་ཟེར་རོ།
 དེ་ཡང་སྟག་གནས་ནི་ཨ་མ་རྒྱ་ཏི་དང་། གཞན་ཐུར་སེལ་གྱི་རྟེན་རུང་ཅན་མ་
 དང་། ཀྱིན་རྒྱའི་རྟེན་སྒྲུང་ཆེན་ལྗེ། བྱལ་བྱེད་གྱི་རྟེན་སེར་རྒྱ། མེ་མཉམ་གྱི་རྟེན་

ཙུམ་པ་མ་བཅས་སོ། དབུ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཙུམ་པ་ལ་སྤྲོད་པའི་ཙུམ་པ་སྤྲོད་པའི་དོན་ནི། སྤྲོད་གི་འོད་གསལ་མི་ཤིག་པ་ལས་ལངས་ནས་གཟུགས་སོགས་ལུས་ལ་འཇུག་པ་དང་། ལམ་དུས་སུ་དེ་ནམས་བཅིངས་པས་རྟགས་བཅུ་འཆར་བའི་ཙུམ་པར་གྱུར་པས་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་པ་ལོན་ནམ་གཏེར་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་པའོ། །ཞེས་ཞུ་དམར་དགོན་མཆོག་ཡན་ལག་གིས་མཛད་པའི་ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་གཏོང་ཐུན་རབ་ཉི་མའི་སྤྲོད་པ་ལས་གསུངས། དེ་ལྟར་ཡན་ལག་གི་རྒྱང་རྟེན་ལ་སྤྲོད་པའི་ཙུམ་པའི་དོན་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོན་པ་ཞིག་ཅིང་། ཙུམ་པའི་རྒྱང་ལའི་རྟེན་ལ་སྤྲོད་པའི་ཙུམ་པ་འཛོག་པ་ནི་ཁམས་ལའི་དབང་ལས་ཡིན།

ས་བཅད་བཞི་པ། རྩའི་འཁོར་ལོ་བཞད་པ།

གཅིག །ཙུམ་པའི་འཁོར་ལོ་བཞི་བཞད་པ།

༡ རྩའི་ཙུམ་པའི་འཁོར་བཞད་པ།

དེ་ནས་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྷག །

བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་དབྱེ་བ་ནི། །

དེ་ཡང་འཁོར་ལོ་ཐམས་ཀྱི་ཙུམ་པ་ནི་བཞི་ཡིན་ལ། འོན་འཁོར་ལོ་བཞི་གང་ཞེ་ན། དང་པོ་རྩའི་ཙུམ་པའི་འཁོར་ལོ་ཙུམ་པ་དང་ལྷག་བཅུ་ཙུམ་པ་བཞི་དང་། དེའི་ནང་སྟོར་ལ་འདབ་མ་བཅུ་གཉིས་ནི་དུས་སྤྱིར་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། དེར་བྱེད་པ་བཅིངས་པའམ་སྤྱིང་བརྟར་བྱས་ན། སང་པའི་གནས་སྐབས་དག་པར་བྱེད་ཅིང་། སྤྲུལ་སྤྱི་དགོངས་པ་འཆར་བར་བྱེད་པ་དང་། ལམ་གཏུམ་མོ་ལ་གནད་དུ་གཏོང་བའི་གནས་ཡིན་ནོ། གཉིས་པ་སྤྲོད་གི་འཁོར་ལོ་འདབ་མ་བརྒྱད་ནི་ཐུན་ཆོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན། དེར་བྱེད་པ་བཅིངས་པས་ཉིད་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་སྤྱིང་ཞིང་། ཆོས་སྤྱི་དགོངས་པ་འཆར་བར་བྱེད་ལ། ལམ་འོད་གསལ་ལ་གནད་དུ་གཏོང་བའི་གནས་ཡིན། གསུམ་པ་མགིན་པའི་འཁོར་ལོ་འདབ་མ་བཅུ་ལྷག་ནི་འཕོ་བ་བཅུ་ལྷག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། དེའི་བྱེད་པ་བཅིངས་པས་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སྤྱིང་ཞིང་། ལངས་སྤྱི་དགོངས་པ་འཆར་བར་བྱེད་པ་དང་།

ལམ་སྐྱུ་ལུས་ལ་གནད་དུ་གཏོང་བའི་གནས་ཡིན། སྤྱི་པོ་བདེན་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་
འདབ་མ་སོ་གཉིས་ནི་རྩ་ཆོད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། དེའི་བྱེད་པ་བཅིངས་
པས་སྒྲིམས་འཇུག་གནས་སྐབས་སྦྱང་ཞིང་། བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྤྱི་དགོངས་པ་
འཆར་བར་བྱེད་ལ། ལམ་ཐིག་ལེ་ལ་གནད་དུ་གཏོང་བའི་གནས་ཡིན།

འོ་ན་འཁོར་ལོ་དུག་དང་བཙོ་བརླུང་སོགས་གང་ཞེ་ན། བཞི་པོ་དེའི་ཐོག་དུ་
གསང་གནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་། གཙུག་གཏོར་ནམ་མཁའི་འཁོར་ལོ་
གཉིས་བསྒྲུབ་པས་དུག་དང་། དེའི་ཐོག་དུ་ཡན་ལག་ཆོག་ཆེན་བརླུང་གཉིས་གྱི་
འཁོར་ལོ་བསྒྲུབ་པས་བཙོ་བརླུང་དང་། སོགས་ཞེས་པས་ཉིང་ལག་གི་འཁོར་
བར་དུ་དབྱེ་བ་བསྒྲུབ་པའོ། ། ༡ ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་བཤད་པ།

ལྟེ་བ་སྐྱུ་ལ་པའི་འཁོར་ལོ་ནི།

དབྱུ་མ་ལས་གྱེས་རྩ་བཞི་ལ།

འཕོ་བ་བརླུང་གཉིས་རིམ་པ་ཡིས།

ལྟེ་ཆོན་དུ་གྱེས་དུག་ཅུ་ལྟེ།

གཡམས་དང་གཡོན་པའི་འཕོ་བ་བརྟེན།

བཞི་པོ་དབྱུ་མའི་འཕོ་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་ལྟེ་བ་སྐྱུ་ལ་པའི་འཁོར་ལོ་ཟེར་བའི་རྩ་མཆོན་ནི། ཐོག་མར་ལུས་བསྐྱེད་
པ་དང་སྐྱུ་ལ་པའི་གནས་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དབྱུ་མ་
ལས་གྱེས་པའི་རྩ་འདབ་བཞི་ནི་སྦྱང་པ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཁམས་གྱི་རྩ་ཞེས་ཟེར། རྩ་བཞི་
པོ་དེ་ལས་གསུམ་ཆོན་དུ་གྱེས་པའོ། རྩ་བརླུང་གཉིས་ནི་འཕོ་བ་བརླུང་གཉིས་པོ་དེ་
དག་ནང་གསེས་གྱི་རིམ་པས། འཕོ་ཆེན་རེ་རེ་ལའང་འཕོ་རྒྱུང་ལྟ་ལྟར་དབྱེ་བས་
ལྟེ་ཆོན་བརླུང་གཉིས་སུ་གྱེས་པས་རྩ་དུག་བརླུང་། དེ་ལས་གཡམས་གྱི་སུམ་བརླུང་ནི་
རོ་མ་དང་འབྲེལ་བ་སྤྱང་ལ་སོགས་པ་མཉམ་པའི་དུས་སྦྱར་དང་། གཡོན་པའི་
སུམ་བརླུང་ནི་རྒྱུང་མ་དང་འབྲེལ་བ་ལྷག་ལ་སོགས་པ་མི་མཉམ་པའི་དུས་སྦྱར་འཕོ་
བའི་རྟེན་ཡིན་ཞིང་། སྦྱང་པའི་རྩ་བཞི་ནི་དབྱུ་མའི་འཕོ་བའི་རྟེན་ཡིན། དེ་ལྟའི་
རྩ་འདབ་དུག་ཅུ་རྩ་བཞི་པོའི་མིང་ནི་གཤམ་གྱི་རྩའི་མིང་གི་ཡང་གངས་དང་། བེ་

རི་མཁུན་བཅའི་དཔེ་རིས་དང་། སན་ཚུན་བསྐྱར་ནས་གནས་སྐབས་ཅ་འདབ་སོ་
 སོའི་མིང་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །འོན་ཀྱང་ཅའི་མིང་འདི་དག་དོན་དངོས་ལུས་ཀྱི་
 ཅ་སྟན་གང་དང་གང་གི་མིང་ཡིན་པ་ཤེས་འདོད་ན། ཟྱེ་ལུགས་བཤག་བཅོས་ཀྱི་
 རོ་བཀའི་དཔེ་རིས་དང་བསྐྱར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་འོས།

མིང་ནི་རྩོ་རྩེ་སྤང་བ་ལས། །

ཡང་དག་ཤུགས་དང་ཤིན་ཏུ་ཤུགས། །

ཤིན་ཏུ་བཟང་དང་བཟང་པོར་འགྲོ།^① །

སྟོབས་ཆེན་དང་ནི་མི་བཟང་ཆེ། །

མཛེས་ཆེན་མཐུན་ཏུ་སྐྱེས་པ་ཆེ། །

རྒྱགས་པའི་རྟགས་དང་རྒྱགས་པའི་ཆ། །

རྒྱགས་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱགས་སྟོ་བྱེད། །

རྒྱགས་དང་རྒྱགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་དང་། །

རྒྱགས་པའི་རྒྱན་དང་རྒྱགས་པ་འཆང་། །

རྒྱབ་དང་ཁ་རྒྱ་སྤང་པོ་དང་། །

དཔུགས་མི་བདེ་དང་གཡའ་ཁ་འགྲོ། །

འདབ་ཆགས་ཡན་ལག་ཁྲ་ཡི་གདོང་། །

ཟ་ཕོད་མི་བཟང་སྐྱ་སྐྱོགས་དང་། །

དྲི་ལྗན་བརྟེགས་དང་བརྟུལ་བ་དང་། །

དབྱངས་དང་དབྱངས་སྐྱེས་དང་ནི་སྒྲིན། །

རྒྱ་བ་མཐོ་དང་རྒྱ་ལྟར་སྟོ། །

ཡུད་ཅམ་གཙོ་པོ་ཡུད་ཅམ་སྐྱེས། །

① ཡང་དག་ཤུགས་དང་། ཤིན་ཏུ་ཤུགས་གཉིས་ནི་རྒྱང་དཔུ་མར་འཇུག་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་བཟང་
 དང་། བཟང་པོ་འགྲོ་གཉིས་ནི་སྟོག་དཔུ་མར་འཛིན་པའི་དོན་གྱིས་རོ་རྒྱང་ལས་རྒྱང་དཔུ་མར་འཕོ་བའི་
 ཅ་བཞི་ཡིན།

ཟུབ་རྩ་ཁ་བལྟས་དབྱུག་པ་དང་། །
 དབྱུག་སྒྲུམས་དང་ནི་རྒྱིང་པ་དང་། །
 ཆོགས་ཀྱི་ལྷ་དང་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས། །
 ཆོགས་ཀྱི་ཆོད་དང་བརྟུལ་བ་དང་། །
 ཆོགས་ཀྱི་གནས་དང་ཆོགས་ཀྱི་གདོང་། །
 ཆོགས་འོད་ཆོགས་ཀྱི་ལྷ་གྱ་བརྟུད། །
 རྩལ་བྱེད་རྩལ་འགྲོ་གཟི་བརྒྱུད་དང་། །
 རྩི་མེད་རྩལ་བ་བསྐྱེམས་མ་དང་། །
 རྩལ་འཕྲུང་སྟོ་དང་ཆགས་པ་ཆགས། །
 རྩལ་འཕྲུང་རྩལ་འཕྲུང་བྱེད་ལྷ་དང་བྱ། །
 རྩལ་གྱ་ལྷ་གྱ་སྟེར་འགྲོ་བ། །
 ལོ་མ་ལོ་མའི་མགིན་པ་དང་། །
 རབ་མཆོག་མ་དང་རབ་གསལ་ཏེ། །
 དེ་ལྟར་རྩལ་རྩལ་ཕ་བཞིའོ། །

རྟོབས་ཆེན་ནས་རབ་གསལ་བར་རྩལ་འདབ་རྩལ་རྩལ་ཕ་སོ་སོའི་མིང་རྣམས་གོང་
 གསལ་ཡང་གྲངས་ལྟར་ཡིན། འདིའི་གོ་རིམ་ཡང་རྟོབས་ཆེན་ནས་རིམ་བཞིན་རྩལ་
 ལྷ་ལྷ་རེ་ལྷག་དང་། ལྷ་ལ་སོགས་བྱིས་ཀྱི་གོ་རིམ་བཞིན་རྩལ་སྒྲུམ་ནས་བཤད་པའི་
 ལྷགས་གཅིག་དང་། ཡང་། རྟོབས་ཆེན་ནས་རྩལ་ལྷ་སྟོ་བར་རྩལ་འདབ་སྒྲུམ་རྩལ་ཕ་
 དེ་ལྷ་སོགས་གཡས་སྒྲུམས་ཀྱི་མཉམ་པའི་རྩལ་སྒྲུམ་རྣམས་དང་རིམ་བཞིན་སྒྲུར་
 བ་དང་། དེ་ནས་སོ་གཅིག་པ་ཡུད་ཅམ་གཙོ་བོ་ནས་རབ་གསལ་བར་རྩལ་འདབ་
 ལྷ་ལྷ་ཕ་དེ་དག །ལྷག་སོགས་གཡོན་སྒྲུམས་ཀྱི་མི་མཉམ་པའི་རྩལ་སྒྲུམ་རྣམས་
 དང་སྒྲུར་ནས་བཤད་པའི་ལྷགས་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་ལས། འདིར་བེ་རི་
 མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷ་བའི་རྩལ་འཕྲུང་གྱི་དཔེ་རིས་ནི་ལྷགས་སྒྲུམ་ལྷ་ལྷ་བཞོད་
 པ་འདུག །

སྒྲིང་པ་ལེ་ཤེས་ཀྱི་ཅ་བཞིའི་མིང་།			
ཡང་དག་ཤུགས།	ཤིན་རུ་ཤུགས།	ཤིན་རུ་བཟང་།	བཟང་པོར་འགྲོ།

འཕོ་ཆེན་བརྟུ་གཤེས་ཀྱི་ཅ་འདབ་རྒྱལ་རྩེའི་མིང་།

ཨང	ཅའི་མིང་།	ཨང	ཅའི་མིང་།	ཨང	ཅའི་མིང་།
༡	སྒྲིབས་ཆེན།	༢༡	མི་བཟང།	༤༡	ཆོགས་ཀྱི་གནས།
༢	མི་བཟང་ཆེ།	༢༢	ལྷ་ལྷོགས།	༤༢	ཆོགས་ཀྱི་གདོང་།
༣	མཛོས་ཆེན།	༢༣	དྲི་ལྷན།	༤༣	ཆོགས་འོད།
༤	མརྟན་རུ་སྒྲིབས་པ།	༢༤	བརྟེགས།	༤༤	ཆོགས་ཀྱི་ལུ་གྲ།
༥	རྒྱགས་པའི་རྟགས།	༢༥	བརྟེལ་བ།	༤༥	རུལ་ཕྱིད།
༦	རྒྱགས་པའི་ཆ།	༢༦	དབྱངས།	༤༦	རུལ་འགྲོ།
༧	རྒྱགས་པའི་རྒྱ།	༢༧	དབྱངས་སྒྲིབ།	༤༧	གཟི་བརྟེན།
༨	རྒྱགས་སྒྲོ་ཕྱིད།	༢༨	ཆེན།	༤༨	དྲི་མེད་རུལ་བ།
༩	རྒྱགས།	༢༩	རྒྱ་བ་མཚོ།	༤༩	བརྟེན་མས་མ།
༡༠	རྒྱགས་པའི་རྒྱ་མཐུན།	༣༠	རྒྱ་ལྟར་སྒོ།	༥༠	རྟན་འཕྱང་སྒོ།
༡༡	རྒྱགས་པའི་རྟན།	༣༡	ཡུད་ཅམ་གཙོ་པོ།	༥༡	ཆགས་པ་ཆགས།
༡༢	རྒྱགས་པ་འཆང་།	༣༢	ཡུད་ཅམ་སྒྲིབ།	༥༢	རྟན་འཕྱང་།
༡༣	རྟུལ།	༣༣	རྒྱལ་རུ་ཁ་བརྟན།	༥༣	རྟན་འཕྱང་ཕྱིད།
༡༤	ཁ་རྒྱ།	༣༤	དབྱུག་པ།	༥༤	སྒྲང་བྲ།
༡༥	སྒྲང་པོ།	༣༥	དབྱུགས་སྒྲོ་མས།	༥༥	ལུ་གྲ་ལུ་གྲ་རྩེར།
༡༦	དབྱུགས་མི་བདེ།	༣༦	རྩེར་པ།	༥༦	འགྲོ་བ།
༡༧	གཡའ་ཁ་འགྲོ།	༣༧	ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ།	༥༧	མོ་མ།
༡༨	འདབ་ཆགས་ཡན་ལག	༣༨	ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས།	༥༨	མོ་མའི་མགྲིན་པ།
༡༩	ཁ་ཡི་གདོང་།	༣༩	ཆོགས་ཀྱི་ཆད།	༥༩	རབ་མཚོག་མ།
༢༠	ཟ་ཕོད།	༤༠	ཆོགས་ཀྱི་གདོང་།	༦༠	རབ་གསལ།

གཟམ་པ་མཁའ་ཁྲབ་རྩོམ་ཆེའི་ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་འབྲུ་འབྲེལ་ལས། སྒྲིབས་ཆེན་
ནས་རྒྱགས་པའི་རྟགས་བར་ལུ་པོ་ལུག རྒྱགས་པའི་ཆ་ནས་རྒྱགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་
བར་ལུ་པོ་སྒྲང་། རྒྱགས་པའི་རྟན་ནས་སྒྲང་པོའི་བར་ལུ་པོ་འབྲིག་པ། དབྱུགས་
མི་བདེ་ནས་ཟ་ཕོད་བར་ལུ་པོ་གཟ། མི་ཟད་ནས་བརྟེལ་བའི་བར་ལུ་པོ་མེད་གོ།
དབྱངས་ནས་རྒྱ་ལྟར་སྒོ་བའི་བར་ལུ་པོ་བྲུ་མོ། ཡུད་ཅམ་ནས་དབྱུག་སྒྲོ་མས་བར་

ལྷ་པོ་སྤང་། རྟིང་པ་ནས་བརྒྱལ་བ་ལྷ་པོ་ཕྱིན་པ། ཆོགས་གྱི་གནས་ནས་དུལ་བྱེད་
བར་ལྷ་པོ་གཞུ། དུལ་འགོ་ནས་ཆུན་འཕྲང་སྟོ་བར་ལྷ་པོ་ཆུ་སྟོན། ཆགས་པ་ཆགས་
ནས་སྤྱ་བྱ་སྤྱ་བྱ་སྟེར་གྱི་བར་ལྷ་པོ་བུམ་པ། འགོ་བ་ནས་རབ་གསལ་བར་ལྷ་པོ་
ཉེ་དུས་སྦྱར་གྱི་ཚ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། ། ༡ རྟིང་གའི་ཚ་འཁོར་བཤད་པ།

རྟིང་གའི་འཁོར་ལོའི་ཚ་བརྒྱད་མིང་། །

རིན་ཆེན་ཅོད་པན་པརྩ་ཆེ། །

རྩོ་རྩེ་ཆེན་པོ་སྟོབས་པོ་ཆེ། །

མགོན་པོ་ཆེ་དང་སྤྲ་ཆེ་དང་། །

ཉེར་དགའ་ཆེན་པོ་ཚུས་པ་ཆེ། །

འདི་རྣམས་འཁོར་ལོས་ལྷས་ཀྱན་བྱུང་། །

དེ་ཡང་རྟིང་གའི་འཁོར་ལོ་ལ་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བྱེད་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྟིང་
མཆེད་ལ་ཆོས་སུ་བྱས་ནས། དེ་ཡི་སྟོན་ནས་རྣམ་ཤེས་ལྷལ་ལ་མཆེད་པར་བྱེད་པས་
ན་དེ་སྤྲད་ཅིས་བྱེད། སོ་སོའི་མིང་ནི། ༡ རིན་ཆེན་ཅོད་པན་ཞེས་པ་རིན་ཆེན་
རིགས་གྱི་ཚ་དང་། ༢ པརྩ་ཆེ་ཞེས་པ་པརྩ་རིགས་གྱི་ཚ་དང་། ༣ རྩོ་རྩེ་ཆེན་པོ་
ཞེས་པ་རྩོ་རྩེ་རིགས་གྱི་ཚ་དང་། ༤ སྟོབས་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་ལས་གྱི་རིགས་གྱི་ཚ་སྟེ་
རིགས་བཞིའི་ཚ་བར་གྱུར་པའི་ཚ་དང་། ༥ མགོན་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་གཟུགས་འཛིན་
པའི་བྱ་བ་ཅན་གྱི་ཚ་དང་། ༦ སྤྲ་ཆེ་ཞེས་པ་སྤྲ་འཛིན་པའི་བྱ་བ་ཅན། ༧ ཉེར་
དགའ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དྲི་འཛིན་པའི་བྱ་བ་ཅན། ༨ ཚུས་པ་ཆེ་ཞེས་པ་རོ་འཛིན་
པའི་བྱ་བ་ཅན་གྱི་ཚ་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷགས་ལ་དཔེ་རིས་སུ་
གསལ་བའི་སྤྲ་མ་དང་། སྤྲ་ཆེན་ཚུལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཡིན་ཞིང་། རྟིང་འོག་
ཚ་གཉིས་ནི། ཚ་འདབ་རྣམས་གྱེས་པའི་ལྷེ་བ་ཡིན་པས་ན་ཚ་འདབ་མར་མ་
བགྱངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ༩ མགོན་པོའི་ཚ་འཁོར་བཤད་པ།

མགོན་པོ་ལོངས་སྤྱད་འཁོར་ལོ་ནི། །

ལོངས་སྤྱད་ལོངས་སྤྱད་སྟེར་དང་གསངས། །

ཉི་འགོ་གསལ་དང་སྤལ་པ་དང་། །

མྱོམ་པ་དང་ནི་ཐལ་བའི་གདོང་། །
 བཟའ་ལྷེར་བཟང་བཀའ་པ་དང་། །
 བཅུད་ལེན་རྩོམ་ནི་བཀའ་བ་དང་། །
 རྩོམ་པ་དང་རྩོམ་ནི་།
 བྱང་བྱང་ལོངས་སྤྱོད་ལའོར་ལོ་གནས།^① །

མགྲིན་པའི་རྩ་འདབ་བཅུ་རྒྱལ་གི་མིང་།							
༡	ལོངས་སྤྱོད།	༥	གསལ།	༩	བཟའ་ལྷེར།	༡༣	རྩོམ་བཀའ་བ།
༢	ལོངས་སྤྱོད་ལྷེར།	༦	སྒྲུལ་པ།	༡༠	བཟ།	༡༤	རྩོམ་པ།
༣	གསལས།	༧	མྱོམ་པ།	༡༡	བཀའ་པ།	༡༥	རྩོམ་པ།
༤	ལྷེར་ལྷེར།	༨	ཐལ་བའི་གདོང་།	༡༢	བཅུད་ལེན།	༡༦	བྱང་བྱང་།

• རྩོམ་པའི་རྩ་འདབ་བཅུ་པ།

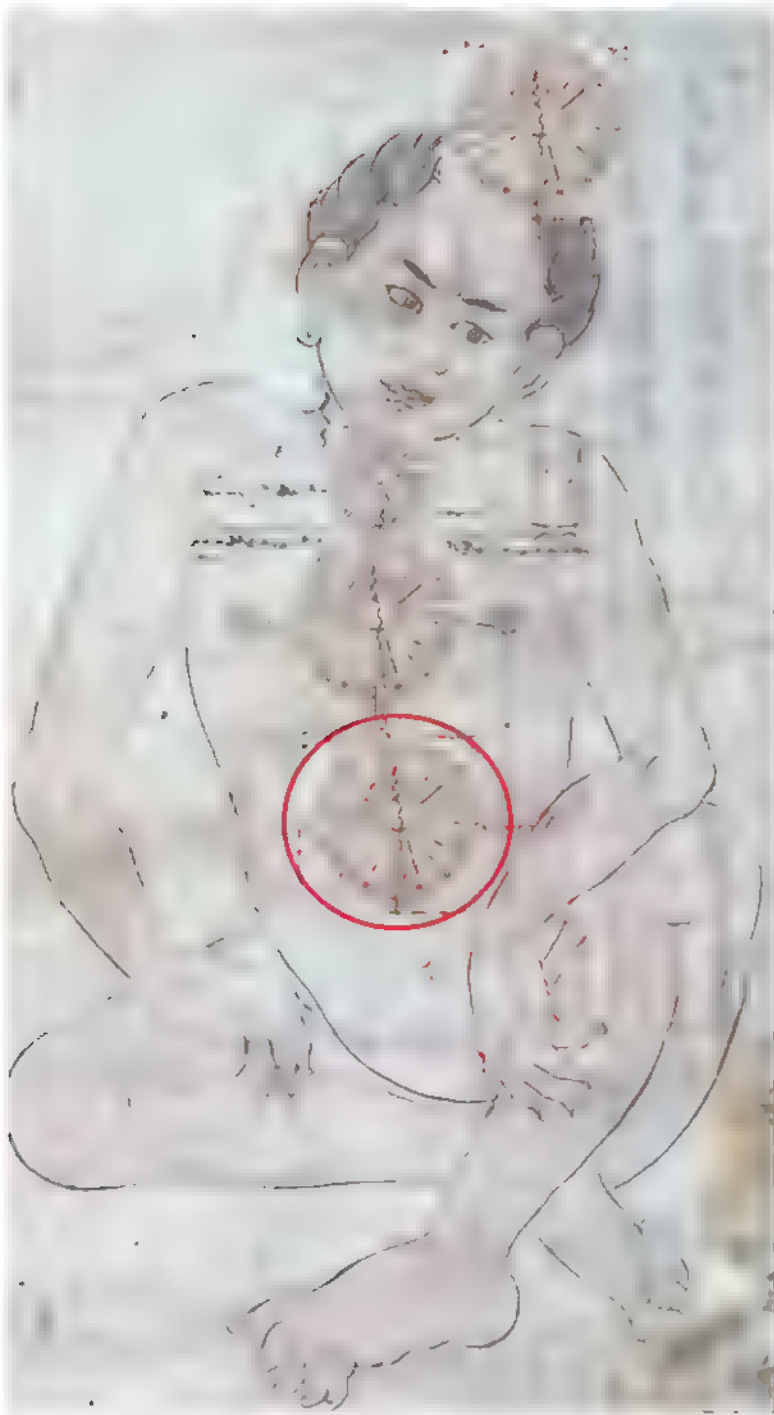
རྩོམ་པ་དང་ཆེན་ལའོར་ལོ་ན། །
 རིམ་རིག་དང་ནི་འདོད་པ་ཅན། །
 འདོད་ཅན་མ་དང་སྤྱོད་གི་ལུས། །
 ལྷེར་བྱང་ལྷེར་མཆོས་པ་ནི། །
 འདོད་ཅན་མི་སྤྱོད་ཀྱི་ཤ་དང་། །
 རིམ་སྤྱོད་དང་དག་པ་དང་། །
 མི་དང་མི་རྩོམ་ཅོད་དང་། །
 གང་བ་ཉིད་རྩོམ་དང་། །
 གོས་རིང་ཆང་ལྷེར་བཅུད་ཅི་དང་། །

① མགྲིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ལའོར་ལོ་ཟེར་བའི་རྩ་འདབ་ཅན་ནི། རྩོམ་པ་ལོངས་སྤྱོད་པས་ན་དེ་སྤྱོད་ཅེས་
 ཟེར། གོང་གསལ་རྩ་འདབ་བཅུ་རྒྱལ་པའི་མིང་ནམས་ཡང་གངས་བཞིན་བེ་རྩོམ་བཅུད་དེ་རིམ་
 དང་སྤྱོད་བར་བྱའོ།

ཅུང་ཅན་དང་ནི་ཅུང་སྣ་དང་། །
 ཅུང་གི་མིག་དང་ཅུང་གི་ན། །
 རྒྱགས་དང་དབང་རྒྱགས་བརྟམ་པ་དང་། །
 རྒྱགས་པས་རྒྱལ་དང་རོ་མཆར་རྒྱགས། །
 ལྷོ་མས་པ་དང་ནི་ཚིགས་གྱི་བརྟེན། །
 ལུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཞེས་ནི་བཤད། །

སྤྱི་པོའི་རྩ་འདབ་མོ་གཉིས་གྱི་མིང་།							
༡	རིམ་རིག	༡	མི་སྒྲ།	༡༧	ཉི།	༢༥	ཅུང་གི་ན།
༢	འདྲོད་པ་ཅན།	༡༠	ཀྱ་ཤ།	༡༨	རོ་ལྷན།	༢༦	རྒྱགས།
༣	འདྲོད་ཅན་མ།	༡༡	ཤི་བ་སྤྲོང་།	༡༩	ཀོས་རིང་།	༢༧	དབང་རྒྱགས།
༤	སྤྲོག་གི་ལུས།	༡༢	དག་པ།	༢༠	ཆང་སྟེར།	༢༨	བརྟམ་པ།
༥	ཟླ་ཐུང་།	༡༣	མེ།	༢༡	བདུད་མི།	༢༩	བརྒྱུ་པས་རྒྱལ།
༦	ཟླ་སྟེར།	༡༤	མེ་རོ།	༢༢	ཅུང་ཅན།	༣༠	རོ་མཆར་རྒྱགས།
༧	མཛེས་པ།	༡༥	ནི་ཙོ།	༢༣	ཅུང་སྣ།	༣༡	ལྷོ་མས་པ།
༨	འདྲོད་ཅན།	༡༦	གང་བ།	༢༤	ཅུང་གི་མིག	༣༢	ཚིགས་བརྟེན།

སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཉེན་ལ་ཉེན་པའི་མིང་བཏགས་
 པ་སྟེ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉེན་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དཀར་ཆ་ལྷག་པར་གནས་པས་
 བ་དེ་སྐད་དུ་བརྗོད། དེ་ཡང་རྩ་འདབ་བཅུ་དྲུག་ལ་ཐིག་ལེ་དཀར་ཆ་བརྟེན་པ་
 ཐབས་དང་། དེའི་སྤྱི་རོལ་ན་ཁྲག་རྒྱ་བའི་རྩ་འདབ་ཤེས་རབ་གྱི་རང་བཞིན་བཅུ་
 དྲུག་ཡོད་པས། ལུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་ནི་ཐབས་ཤེས་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད།



དེ་ལྟར་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ནི།

གཙོ་བོ་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཉི་ཤུ་བ་ལ་ཙུ་འདབ་རེ་བཞི། སྒྲིང་གར་ཙུ་འདབ་བརྒྱད། མགིན་པར་
ཙུ་འདབ་བརྒྱ་དྲུག སྒྲི་པོར་ཙུ་འདབ་སོ་གཉིས་བཅས་བསྐྱེམས་པས་ཙུ་འདབ་
བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཐམ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཙུ་འདབ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞེས་རྒྱུ་དོན་རྩེ་མེད་བ་ལས་
བཤད་དོ།

གཉིས། འཁོར་ལོ་དྲུག་བཤད་པ།

༡ རྒྱུ་དོན་རྩེ་མེད་བ་ལས་གསུངས་ཚུལ།

གཙུག་ཏྲར་རྒྱུ་དང་མགིན་པ་མེ།

གནས་པའི་ཙུ་ནི་དགྲ་ཡོད་དེ།

སྒྲིན་མའི་དབུས་ནས་རྒྱུ་འཁོར་ལོ།

བྱེ་བ་འབྱེལ་བ་མི་ཟད་པ།

མིང་བཟང་བརྟན་དང་མཚན་ཉིད་ཅན།

འཛིན་པ་རྟོག་མེད་གང་བ་ནི།

ཙུ་གསུམ་མེ་དང་ལྡན་པ་ལོ།

གཙུག་ཏྲར་ཞེས་པ་དབུ་མའི་ཙུ་མོ་སྒྲི་བོ་ནས་མཐུན་ཐུར་དུ་གྲག་ནས་ཙུ་སྒྲི་
མཚམས་སུ་ཡོད་ཅིང་། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོ་གཙུག་ཏྲར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་
ཡིན་པར་བཤད། དེའི་གཙུག་ཏྲར་ཉི་སྒྲིན་མཚམས་སུ་གཙུག་ཏྲར་གྱི་འཁོར་ལོ་
འབྱུང་བ་རྒྱུ་དང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཙུ་འདབ་དྲུག་དང་། གཙུག་ཏྲར་གྱི་ཙུ་དེའི་
མགིན་པར་གྲགས་པ། སྒྲི་མཚམས་ན་མའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཙུ་འདབ་གསུམ་
བཅས་གཙུག་ཏྲར་དུ་གནས་པའི་ཙུ་དགྲ་ཡོད་དོ། དེ་ཡང་ཙུ་བ་སྒྲིན་མའི་དབུས་
ན་རྒྱག་པའི་རྒྱུ་དང་གི་འཁོར་ལོའི་ཙུ་འདབ་དྲུག་པོའི་མིང་ནི་བྱེ་བ་དང་། འབྱེལ་པ།
མི་ཟད་པ། མིང་བཟང་། བརྟན་པ། མཚན་ཉིད་ཅན་རྣམས་སོ། །གཙུག་ཏྲར་གྱི་
མགིན་པ་སྒྲི་སྒྲི་མཚམས་ཀྱི་ཙུ་འདབ་གསུམ་པོའི་མིང་ནི། འཛིན་པ་དང་། རྟོག་
མེད། གང་པ་སྒྲི་ཙུ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་མའི་ཁམས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ།

༡ རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས་གསུངས་པ་ནི།

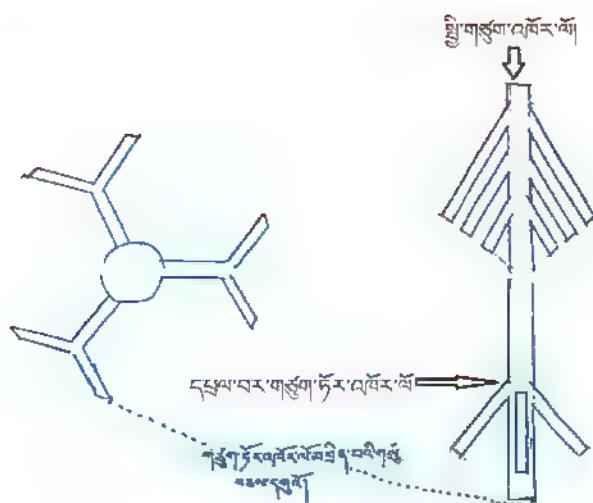
རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གང་གསུངས་པ། །
 འདི་བདུན་གསང་བའི་གནས་སུ་སྟེ། །
 སྤྱི་པོ་དང་མཆོངས་གསང་འཁོར་ལོ། །
 ལུས་ཙྰ་རྒྱས་གཉིས་འདབ་མ་ཡིན། །
 དེ་དག་དབུས་ན་གནས་པ་ནི། །
 སྟོང་པ་རྒྱག་གི་ཙྰ་ཡིན་ནོ། །
 འདི་རྣམས་གསུང་གི་སྟོ་ཞེས་བྱ། །

རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས་གོང་རུ་བཤད་པའི་ཙྰ་དགུ་ལས་བདུན་ནི་གསང་གནས་སུ་གནས་པར་སྟེ། མཆོན་མའི་ཙྰ་འདབ་བཞི་དང་། ཙྰ་གསུམ་འདུས་མདོའི་མར་སྟར་གཤང་གཅི་ཁུ་བ་གསུམ་འབབ་པའི་ཙྰ་གསུམ་སྟེ། བདུན་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། གཞན་ཡང་སྤྱི་པོར་ཙྰ་འདབ་སོ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་རུ་གསང་གནས་ཀྱི་ཙྰ་འཁོར་འདི་ལ་ཡང་ཙྰ་འདབ་སོ་གཉིས་ཡོད་པར་ཡིན། ཙྰ་འཁོར་རྒྱག་པོ་དེ་དག་གི་དབུས་ན་གནས་པའི་ཙྰ་རྒྱག་སྟེ། སྟོང་དབུས་ན་གནས་པའི་བྱེ་བ་དང་། སྤྱི་པོར་འབྲེལ་བ། མགིན་པར་མི་ཟད་པ། སྟོང་དབུས་ན་མིང་བཟང་། རྟེ་བར་བརྟན་པ། གསང་བར་མཆོན་ཉིད་ཅན་སྟེ་རྒྱག་པོ་འདི་དག་ལ་རུས་ཀྱི་འཁོར་ལས་སྟོང་པ་རྒྱག་གི་ཙྰ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་རྒྱག་པོ་དེ་ལས་ཁྲབ་བྱའི་འཁོར་ལོ་བཞི་ནི། སྟོག་འབྲིན་འཇུག་བྱེད་པའི་ལམ་ཡིན་པས་ན་གཞན་དབྱེལ་འཁོར་ལ་གསུང་དབྱེལ་གྱི་སྟོ་བཞིར་དག་པ་ཡིན་ཞེས་སོ། །

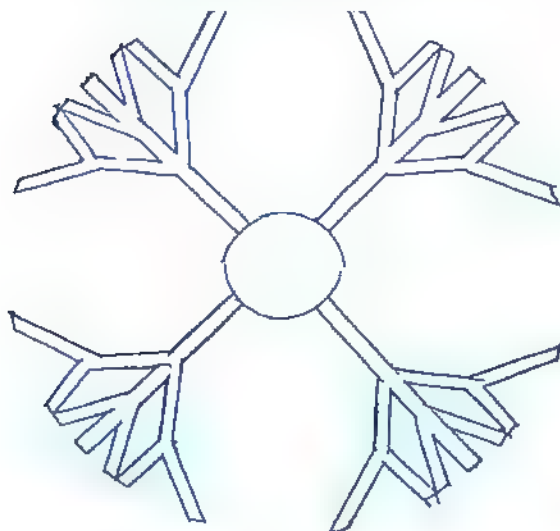
གཤམ་གྱི་དཔེ་རིས་འདི་ནི་དཔལ་སྤངས་དགོན་གྱི་པེ་རི་མཁྱེན་བཅེས་ནང་བརྟག་རྒྱུད་གསུམ་སྟོབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་ཙྰ་འཁོར་གྱི་གནས་ལུགས་རྣམས་ངོ་སྟོན་གནང་བའི་སྐབས་སུ་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་བཞེད་ལྟར་ལྷག་གིས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན་འདུག །འདི་དང་དེང་རབ་གསོ་རིག་གི་པར་རིས་མན་ཚུན་གོ་བསྐྱར་ནས་སྐྱར་ན་གོ་བདེ་བར་སྤང་།

པེདེའུ་ཆེན་པོའི་ཡུལ་ཁྱེལ། སྤུ་ཆེན་པོའི་ཡུལ་ཁྱེལ།

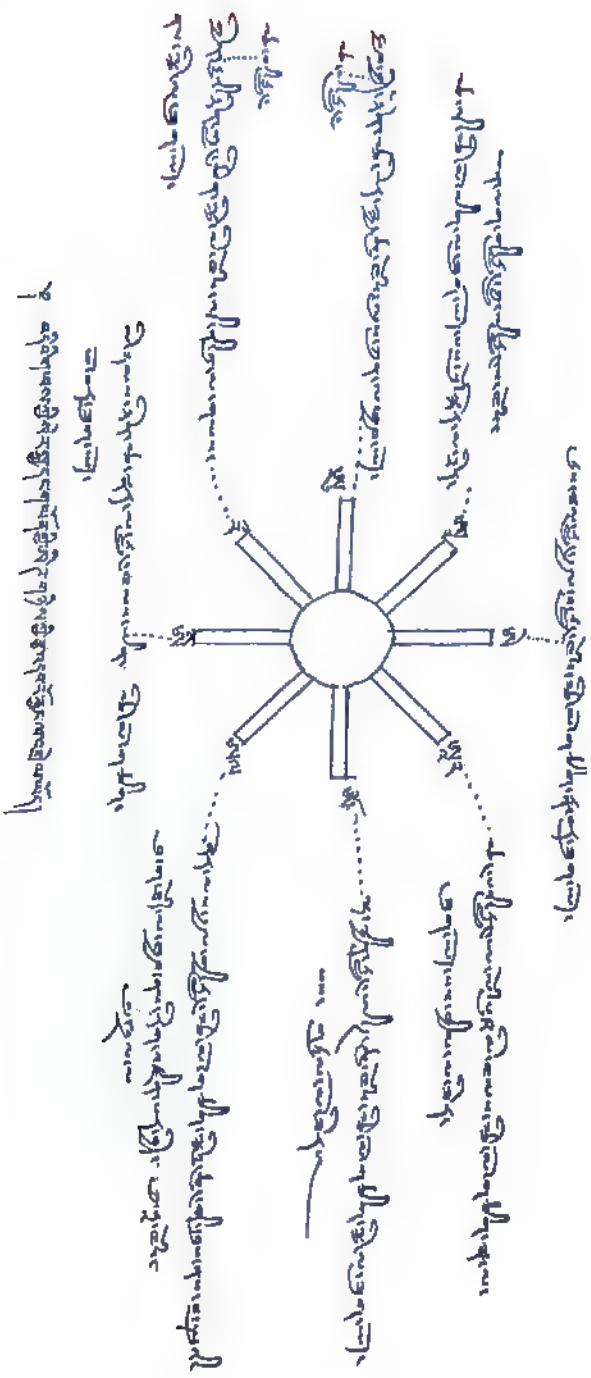
- ① སྤུ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཨ་ལ་རྒྱ་ཏི་ནི་ཡར་སྤེལ་གནས་ཡོད་པར་བཤད་
ཀྱང་ཉེ་བའི་ཡན་ཆད་ལ་གོ་དགོས། ཡི་གེ་ལྷ་ལས་ཨ་ལུང་རྒྱུ་པ་ཅན་ཏི་མངལ་
དུ་ཆགས་ནས་མ་ཤི་བར་རྒྱལ་པོ་ལྷར་གནས་སོ། །
- ② སྤུ་ཆེན་པོ་ ཙ་ཀྱས་པར་ནམ་མཁའི་ཁམས་ལ་དག་གཅན་གྱི་རྒྱུང་ངམ་སྤུ་
རྒྱུང་གི་རྟེན་ཡིན། ཙ་ཀྱས་པར་བཟང་མ་ཟེར།
- ③ ཉེ་བ། གཡས་རོ་མ་དམར་པོ་ཉེ་མའི་ཁམས་ཀྱི་རྒྱུང་ལུས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཟད་
རིམ་གྱི་རྒྱུ། །
- ④ ཉེ་བ། གཡས་རྒྱུང་མ་དཀར་པོ་རྒྱ་བའི་ཁམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་འཕེལ་རིམ་གྱི་
རྒྱུ། ཉེ་འོག་སོར་བཞིན་གྱིས་ཡོད།
- ⑤ ཙ་ཀྱས་པོ་ནང་གཅིག་དུ་ཁྱུར་ཡོད་པ་ལ་དུང་ཅན་མཁའ། ཀྱན་འདར་མ་
ཟེར།
- ⑥ དུ་མའི་མར་སྤེལ་ཁམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཙ་ཀྱས་པར་ལུང་ལྷ་གྱི་
རྒྱུང་གི་རྟེན་གནས་ཡིན། ཡི་གེ་ལྷ་ལྷིག་གི་རྒྱུ་པ་ཅན། གསང་འཁོར་འོག་ཙ་
ཀྱས་པོ་སོར་གྱིས་ཡོད།
- ⑦ རོ་མའི་སྤེལ་བཤད་ལམ་རྒྱལ་དུ་རྒྱག་ནས་དྲི་ཆེན་འབྱིན་སྤེལ་བྱེད།
- ⑧ དུ་མའི་སྤེལ་མ་ཁུ་བའི་ལམ་དུས་ནས་རྒྱག་ཡོད།
- ⑨ རྒྱུང་མའི་སྤེལ་མ་གཅི་བའི་ལམ་མཐུན་དུ་རྒྱག་ནས་དྲི་རྒྱ་འབྱིན་སྤེལ་བྱེད།



༡ མཐོན་པ་ལྟར་འཁོར་ལོ་ལྟར་བཞག་པ་རྒྱུ་ཡིན་པ་
དངུལ་པར་གཞུག་ཏྲུང་འཁོར་ལོ་ཡིན།



சிறுநீரில் சிறுநீர்



པེད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཐོན་པེད་ཀྱི་ལུས་ལ་ རྟེན་པ་ཆུང་པ་ཀྱི་འཇུག་པ།

【མེ】 ལུས་ལྡན་ཆུང་། ཆུང་པ་ཆུང་། བཅས་ཆེ་མོ་གཅིག་ཀྱང་པར་ལྷག་ཡོད།

【སྟུང་】 ཆུང་པ་ལྡན་ཆུང་། ལ་པམ་ལྷན་མེ་བཅས་ཆེ་མོ་གཅིག་ཆེ་པ་ལྷག་ཡོད་
པས་ཁྱིམ་མ་ཞེས།

【མེ】 ལྟ་ཆེན་ཆུང་། ཡི་རྒྱ་བཅས་ཆེ་མོ་གཅིག་ཆེ་པ་ལྷག་ཡོད་པས་
གཏུམ་མ་ཞེས།

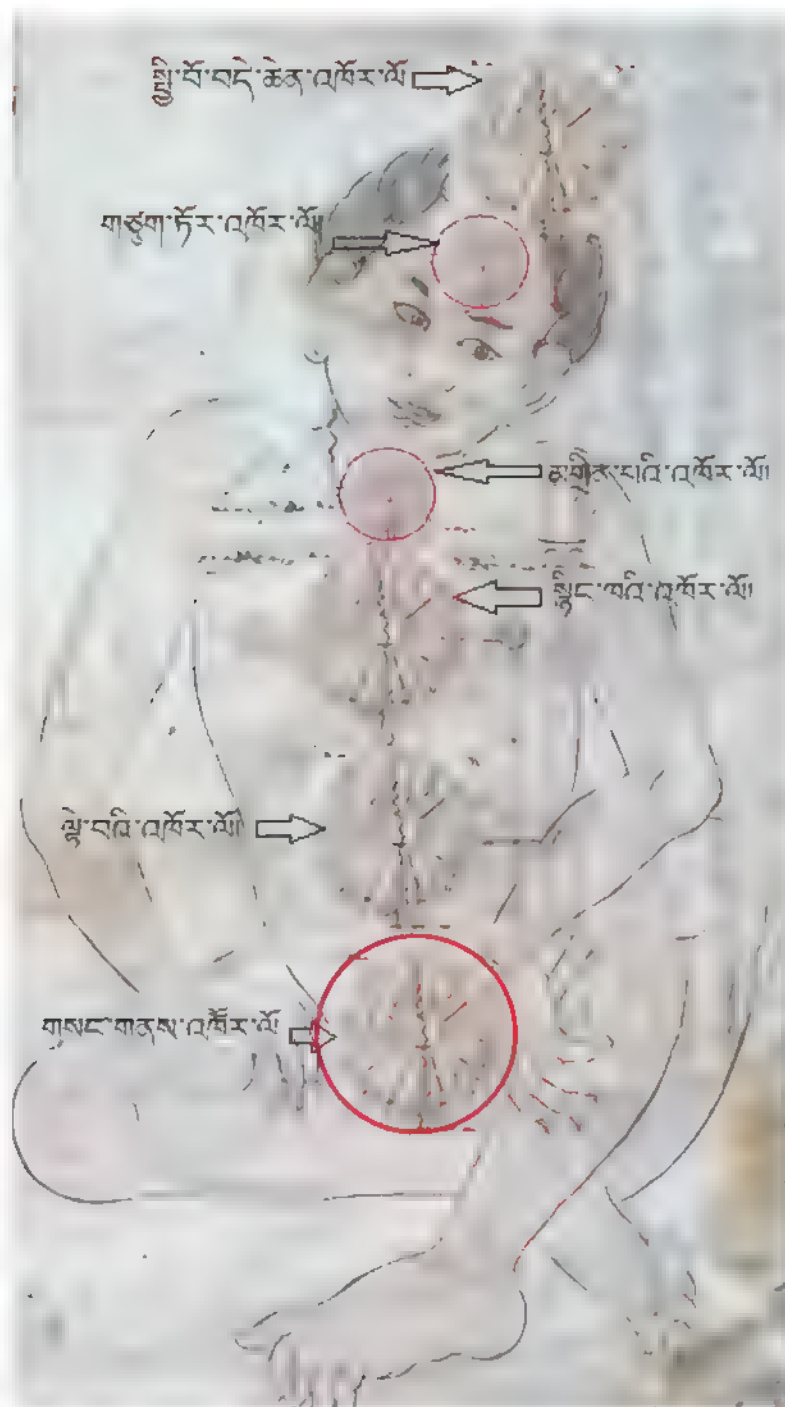
【སྟུང་】 རྒྱ་པམ་ཆུང་གི་ཆུང་། ཆེ་མོ་གཅིག་ཆེ་པ་ཆུང་གི་རྒྱ་པམ་པ་ཆུང་གི་
ལྷན་བཅས་ཆུང་པ་ཆུང་ནས་བཏུད་ཐུང་མ་རྟེན་པར་ལྷག་
ལྷན་བཅས།

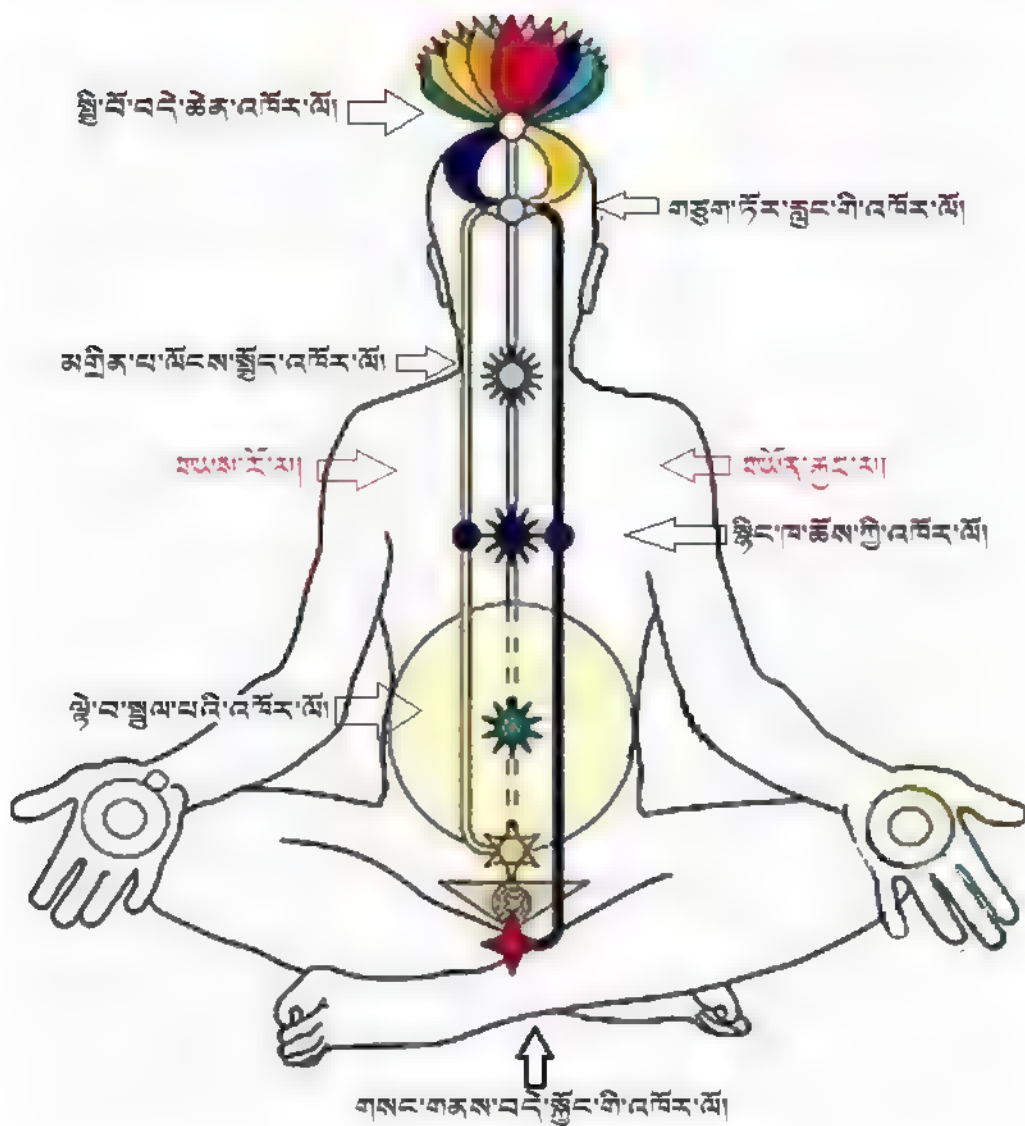
【མེ】 ཆུང་པ་ལྡན་མེ་མཉམ་གྱི་རྟེན། ཆུང་པ་ལྡན་པམ་པམ་ཡིན།
ཆེ་མོ་གཅིག་པོ་པར་ལྷག་ཡོད།

【དེ】 ཆུང་པ་ལྡན་ལྟ་ཆུང་གི་རྟེན། ཆུང་ཆེན་ཆེ་མོ་བཅས་འདི་གི་རྟེན་མ་གཤམ་
པ་ནས་ཆེ་ལྷག་ཡོད།

【ཏུ】 ཆུང་པ་ལྡན་ཐུང་ལྟ་གི་རྟེན། ཆུང་པམ་ཐུང་པམ་ཐུང་པ་ཐུང་ཡོད།

【སྟུང་】 ཆུང་གི་ཆུང་། ས་བཅས་ཆུང་པ་ལྡན་ཆེ་མོ་གཅིག་ཀྱང་པར་ལྷག་ཡོད་པས་ཐུམ་
མོ་པ་མ་ཞེས།





སོར་མའི་ཆོགས་ནི་རེ་རེ་ལ། །
 ཆ་ནི་རྒྱག་རྒྱག་རྒྱ་འགྱུར་ཏེ། །
 གྲངས་ནི་གོང་དང་མཚུངས་པའོ། །
 དེ་བཞིན་ལག་གཡོན་མེ་ཡི་ཁམས། །
 ཀླང་པ་གཡས་པ་རྩུ་ཁམས་ཏེ། །
 གཡོན་པ་ས་ཁམས་སྒྲ་མ་བཞིན། །
 དེ་ལྟར་ལའོ་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ལ། །
 ཆ་ནི་སྒྲུམ་བརྒྱ་རྒྱག་རྒྱའོ། །
 སོར་ཆོགས་ཆ་གྲངས་དེ་དང་མཉམ། །

ལག་པ་གཡས་པའི་ཆོགས་ཆེན་གསུམ་ལ་རྒྱང་གི་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆ་
 འདབ་སྒྲུམ་རྒྱ་རེ་ཡོད་པར་བསྟོམས་པས་ཆ་འདབ་དགུ་བརྒྱ་ (3x30=90) ཡོད་པ་
 དང་། དེའི་མཚུབ་མོ་ལའི་ཆོགས་བཙོ་ལྷ་པོ་རེ་རེ་ལ་ཆ་རྒྱག་རྒྱག་རྒྱ་གནས་པ་
 བསྟོམས་པས་དགུ་བརྒྱར་འགྱུར་ (15x6=90) ། དེ་བཞིན་རྒྱ་ལག་པ་གཡོན་པ་ལ་
 མེ་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ཆ་དགུ་བརྒྱ་དང་། ཆོགས་སྒྲན་གྱི་ཆ་
 དགུ་བརྒྱ། ཀླང་པ་གཡས་པ་ལ་རྩུ་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ཆ་དགུ་
 བརྒྱ་དང་། ཆོགས་སྒྲན་གྱི་ཆ་དགུ་བརྒྱ། ཀླང་པ་གཡོན་པ་ལ་ས་ཁམས་ཀྱིས་
 བསྐྱེད་པའི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ཆ་དགུ་བརྒྱ་དང་། ཆོགས་སྒྲན་གྱི་ཆ་དགུ་བརྒྱ་རེ་ཡོད་
 པ་རེད། ཡན་ལག་བཞིའི་པོའི་ཆོགས་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་ཆ་རྣམས་བསྟོམས་པས་
 སྒྲུམ་བརྒྱ་རྒྱག་རྒྱ་ (90x4=360) ཐམ་པའོ། དེ་བཞིན་རྒྱ་ཡན་ལག་བཞི་པོའི་སོར་
 ཆོགས་གྱི་ཆ་རྣམས་བསྟོམས་པས་དེ་དང་གྲངས་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་ལྔ་པ། བད་བསྐྱེད་པའི་ཆ་བཤད་པ།

བད་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཆ། །
 གཙུག་ཏོར་ཆ་བཞི་དཔྱལ་བ་ཡི། །
 བརྒྱ་རྒྱག་བད་ཀན་སྐྱེད་པར་བྱེད། །
 མགིན་པར་ཆ་ནི་སྒྲུམ་རྒྱ་གཉིས། །

སྒྲིང་གའི་བརྒྱད་རྒྱུ་མཁས་མཁྱིམ་པ་བསྐྱེད། །

ཉེ་བའི་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་དང་། །

གསང་བའི་སྤྱི་རོལ་བཅུ་དྲུག་གིས། །

རྒྱང་གི་ཁམས་འབྲུགས་གསང་བ་ཡི། །

ནང་རིམ་བཅུ་དྲུག་འདུས་པ་བསྐྱེད། །

དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་བུ་དྲུག །

འདི་རྒྱམས་འཁོར་ལོའི་སྤྱི་རིམ་སྟེ། །

གཞན་དག་འཁོར་ལོ་ཉིད་ཏུ་འདོད། །

གཙུག་ཏྲར་གྱི་འདབ་མ་བཞི་དང་། དཔལ་བའི་འདབ་མ་བཅུ་དྲུག་སྟེ་ཉི་ཤུ་
ལ་བད་ཀན་གནས་ཤིང་སྟེག་མས་བད་ཀན་གྱི་ནང་བསྐྱེད་པར་བྱེད། མགིན་པའི་
ཅ་སོ་གཉིས་དང་། སྒྲིང་གའི་བརྒྱད་དེ་བཞི་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་མཁྱིམ་པ་གནས་
ཤིང་སྟེགས་མས་མཁྱིམ་པའི་ནང་བསྐྱེད་པར་བྱེད། ཉེ་བའི་ཅ་རེ་བཞི་དང་།
གསང་གནས་གྱི་སྤྱི་རོལ་ཅ་བཅུ་དྲུག་སྟེ་བརྒྱད་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་རྒྱང་གནས་ཤིང་
སྟེགས་མས་རྒྱང་གི་ཁམས་འབྲུགས་ཏེ་ནང་བསྐྱེད་པར་བྱེད། གསང་གནས་གྱི་ཅ་
འདབ་ནང་རིམ་བཅུ་དྲུག་གིས་འདུས་པའི་ནང་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། དེ་ལྟར་ནང་
བསྐྱེད་པའི་ཅ་འདབ་བརྒྱ་དང་ལྟ་བུ་ཅ་དྲུག་པོ་འདི་རྒྱམས་ནི། འཁོར་ལོའི་སྤྱི་
རིམ་གྱི་ཅ་འདབ་རྒྱམས་ཡིན་ལ། གཞན་དག་འཁོར་ལོའི་སྟེ་བ་དང་ནང་གི་སྒྲིང་
པའི་ཅ་བཞི་ལ་ནང་བསྐྱེད་པའི་ཅར་འདོད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། འདི་རྒྱམས་ལ་
ཁམས་གྱི་དྲངས་མ་ལྟག་པར་གནས་པར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཨ་བཅད་དྲུག་པ། ཅ་སྒྲིང་ཕྱག་བརྒྱན་ཅུ་ཅ་གཉིས་ལྷ་དབྱེ་བ།

གཅིག །ཁམས་རང་གི་དོ་མོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།

སྒྲིང་ཕྱག་བརྒྱན་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཀྱི། །

རྒྱམ་དབྱེ་དོ་རྩེ་སྒྲིང་བ་ལས། །

སྒྲིང་ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་ནི། །

ཟླ་བ་འབབ་པ་རྒྱང་མའི་རིགས། །

སྟོང་སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་ནི། །

ཉི་མ་འབབ་པ་རྩ་མའི་རིགས། །

སྟོང་སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་ནི། །

རྒྱང་རྒྱ་དབུ་མའི་རིགས་སུ་བརྗོད། །

མིའི་ལུས་ལ་ཅའི་དབྱེ་བ་སྟོང་སྒྲག་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་སམ་བདུན་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་
དུ་གནས་ཡོད་པ་དེའི་དབྱེ་བ་བཤད་རྒྱུ་དུ་རྩ་མའི་སྟོང་བ་ལས། ཟླ་བ་སྟེ་སྟེ་བའི་
ཁམས་འབབ་པ། རྒྱང་མའི་རིགས་ཀྱི་ཅ་སྟོང་སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་འམ་ཉིས་ཁྱི་བཞི་
སྟོང་ཡོད་པ་དང་། ཉི་མ་སྟེ་ཁྱི་གཉིས་སུ་བའི་ཅ་སྟོང་སྒྲག་ཉིས་བཞི་ ཟླ་
གཅན་སྟེ་རྒྱང་གི་ཁམས་སུ་བའི་ཅ་སྟོང་སྒྲག་ཉིས་བཞི་ཡོད་པ་དེ་དག་བསྟོམས་
པས་ཅ་སྟོང་སྒྲག་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་སུ་འདོད་དོ། །

གཉིས། བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟོན་སྟེ་དབྱེ་བ།

དེ་ཡང་ལུས་ལ་གནས་པས་ན། །

ཅ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་པོ། །

མི་བྱེད་མ་ནས་ཡིད་བཟང་བར། །

ཐིམ་དང་ལོངས་སྟོང་བདག་པོ་ཡི། །

དབྱེ་བས་གསུམ་སྟེ་བདུན་ཅུ་གཉིས། །

རེ་རེའང་འཁོར་ནི་སྟོང་སྟོང་དོ། །

དཔེར་ན་སྟོང་པོ་གཅིག་ལས་ནི། །

ཡལ་ག་ལོ་འདབ་གྱིས་པ་བཞིན། །

ཅའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟོན་སྟེ་དབྱེ་བ། དབྱེ་གཞི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅ་རྩ་རྒྱང་གཉིས་
ལས་གྱིས་པའི་ཅ་ཆེན་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་ལས། མི་བྱེད་མ་ནས་ཡིད་བཟང་མའི་བར་ཅ་
གནས་སོ་སོར་རྒྱང་ཐིག་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པ་ཐིམ་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་
བཞིན་པ་སྟེ་ལོངས་སྟོང་པ། བྱ་བ་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་བདག་པོ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཅ་རེ་
རེ་ལའང་ཐིམ་ལོངས་བདག་གསུམ་དུ་བྱས་པས་དབྱེ་བ་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་བྱང་།

རོ་པོའི་སྒོ་ནས་རྒྱང་རྒྱ་བ་ཐིམ་པ། ཐིག་ལེའམ་ཁྲ་བ་འབབ་པ་ལོངས་སྤྱོད་པ།
 བྲག་གམ་རྩལ་འབབ་པ་ནི་བདག་པོ་ཡིན་པར་འདོད། དེ་ལྟར་བརྟན་ཅུ་ཙུ་
 གཉིས་པོ་དེ་རེ་རེ་ལའང་། བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྤོང་རི་དབྱེ་བས་ཙུ་སྤོང་ཕྲག་
 བརྟན་ཅུ་ཙུ་གཉིས་སུ་འཕྱར་ཞིང་། དཔེར་ན་ཤིང་གི་སྤོང་པོ་གཅིག་ལས་ཡལ་ག་
 དང་ལོ་འདབ་གྱུས་པ་བཞིན་ནོ། །

ས་བཅད་བརྟན་པ། ཙུ་སྤོང་ཁམས་གང་གིས་བསྐྱེད་པ་བཅད་པ།

གཅིག་ ཙུ་སྤོང་ཁམས་པ།

དེ་ལས་སྤྱ་བའི་ཙུ་མས་ནི། །

བྱེ་བ་ཕྲག་ནི་བྱེད་དང་བཞི། །

བ་སྤྱ་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

སྤོང་ཕྲག་བརྟན་ཅུ་ཙུ་གཉིས་པོ་དེ་ལས་གྱུས་པའི་སྤྱ་བའི་ཙུ་ནི་བྱེ་བ་ཕྲག་བྱེད་
 དང་བཞི་ (35,000,000) ཡོད་དེ། དེ་དག་གིས་བ་སྤྱའི་ཁམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་
 ཡིན། འདིའི་དབྱེ་གཞི་གཙོ་བོ་མི་བྱེད་མ་ལ་སོགས་པ་རྩ་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་རིགས་
 ལས་བྱུང་བའི། ཙུ་ཆེན་ཉེར་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་གྱུས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་
 འདོད་ཀྱང་། ཙུ་སྤོང་ཅུ་ཙུ་བྲག་བཅད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དབྱེ་མའམ་རྒྱང་ཙུ་བརྟན་
 གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དག་ལས་གྱུས་པའི་ཡན་ལག་ཀྱང་ཡོད་ངེས། གཞན་ཡང་
 དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་ལས། ལུས་ལ་སྤྱིན་འབྱའི་རིགས་བརྒྱད་བྲི་གནས་
 པ་དེའི་རྟེན་ཙུ་ཡང་བརྒྱད་བྲི་ཡོད་པར་གསུང་པ་ཡང་། ཙུ་འདི་དག་གི་ནང་དུ་
 འདུས་དགོས་པར་སེམས།

གཉིས། ཁམས་གང་གིས་བསྐྱེད་པར་བཅད་པ།

འདི་རྩམས་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། །

ཉེ་བ་ས་སྤེ་སྤོང་ག་རྒྱང་། །

མགྲིན་པ་མེ་ལ་སྤྱི་བོ་ཟུ། །

གཙུག་ཏོར་ནམ་མཁའ་གསང་བ་ནི། །

ཡེ་ཤེས་བདེ་བའི་རིགས་སུ་གསུངས། །
 དེ་བཞིན་བ་སྤྱི་མཐར་སྤྱག་པར། །
 ཁམས་དྲུག་གིས་ནི་རིམ་པར་བསྐྱེད། །
 གཡས་གཡོན་དབུ་མའི་དབྱེ་བ་ལས། །
 སྤྱ་གསུང་སྤྱགས་ཀྱི་རིགས་གསུམ་ཡིན། །
 དེ་ལྟར་ཅ་ཡི་མཚན་ཉིད་ཤེས། །
 ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་འགྱུར། །

ཅ་འདི་དག་གི་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། རྟེ་བ་ས་ཁམས། སྤྱིང་ག་རྒྱུང་། མགིན་པ་
 མེ། སྤྱི་ཐོ་ཆུ། གཙུག་རྟོར་ནམ་མཁའ། གསང་གནས་ཡེ་ཤེས་བདེ་བའི་རིགས་སུ་
 གསུངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འཁོར་ལོ་དྲུག་ཁམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བ་སྤྱི་
 བྱེ་བ་སྤྱག་སྐྱེད་དང་བཞིའི་མཐར་སྤྱག་པར་ཁམས་དྲུག་གི་རིམ་པར་བསྐྱེད་དོ། །
 དེ་བཞིན་གཡས་གཡོན་ཀྱི་ཅ་རྣམས་རོ་མ་དང་། གཡོན་སྤྱགས་རྣམས་རྒྱུང་མ།
 དབུས་སྤྱགས་རྣམས་དབུ་མ་སྟེ། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ལས་སྤྱ་གསུང་སྤྱགས་ཀྱི་
 རིགས་གསུམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་སྤྱ་བ་ཅ་ཡི་མཚན་ཉིད་ཤེས་པ་ལས་རག་
 པའི་ལུས་ལ་གཅིག་དང་། རྟག་པ། རིལ་པོར་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་རྣམས་ལྟོག་
 རས་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཡེ་ཤུ་བཞི་པ།

རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལ་བཟུང་བའི་འགྲེལ་བ།

ལ་བཅད་དང་མོ། བཞིད་བྱ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་རོ་མོ་བཞད་པ།

དེ་ནས་རྒྱ་གི་རོ་མོ་དང་། །

གནས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལ། །

སྟོབས་དང་སྟོབས་མེད་རིམ་པ་དང་། །

འཇུག་ས་གཟུང་ཐབས་སྟོན་ཡོན་རྣམས། །

རིམ་པ་བཞིན་རུ་འདིར་བཤད་བྱ། །

དེ་ཡང་རྒྱ་གི་རོ་མོ་དང་། རྒྱ་གི་གནས་དང་། རྒྱ་གི་བྱེད་ལས། རྒྱ་དེ་རི་
རྒྱ་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལ། རྒྱ་གི་སྟོབས་དང་སྟོབས་མེད་པའི་རིམ་པ་དང་། རྒྱ་འཇུག་
པའི་སྟོ། རྒྱ་བཟུང་ཐབས། རྒྱ་གི་སྟོན། རྒྱ་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་
རུ་འདིར་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཅིག །རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལའི་རོ་མོ་བཤད་པ།

རྒྱ་གི་རག་དང་རུས་སྟོར་ཏེ། །

ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་སྟེས། །

སྟོག་ཆེན་པོའི་རྒྱ་གི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རག་དང་། རུས་སྟོར་སྟེ་དབུགས་
ནས། རྒྱ་སྟང་། རྒྱ་ཆོད། ཞག་མ། རྒྱ་བ། ཡོ་དང་སྐལ་པའི་བར་ཐམས་ཅད་དང་།
དབྱངས་གསལ་གྱི་རྒྱ་དང་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདི་ལས་སྟེས་པ་ཡིན།

ཐོག་མར་རྣམ་ཤེས་ལ་བརྟེན་པ། །

སྟོག་རྒྱ་ཨ་ཡི་རྣམ་པ་ཅན། །

ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། །

ཐུར་སེལ་ས་ཁམས་ལི་ཡིག་སྟེ། །

གྱེན་རྒྱ་མེ་ཁམས་རི་ཡིན་ནོ། །
མེ་མཉམ་རྒྱུ་ཁམས་ཨི་ཞེས་བརྗོད། །
ཁྱབ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལྟ་ཅུ་འགྱུར། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་མངལ་དུ་ཉིང་འཚམས་སྐྱར་བས་ཀྱན་གཞིའི་ནམ་ཤེས་དང་
དེ་ལ་བརྟེན་པའི་འདུ་བྱེད་ཡིད་ཀྱི་གཡོ་བ་ལས་སྟོག་རྒྱུ་ཨ་ཡིག་གི་ནམ་པ་ཅན་
དེ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཐུར་སེལ་ཡི་ཤེས་
ཀྱི་རྟེན་ས་ཁམས་ཨི་ཡིག་གི་རང་བཞིན་དུ་གྱུབ། དེ་ནས་མགྲིན་པར་གྱེན་རྒྱ་མེ་
ཁམས་རི་ཡིག་གི་རང་བཞིན་དུ་གྱུབ། རྟོ་བའི་མདུན་དུ་གནས་པའི་མེ་མཉམ་རྒྱུ་
ཁམས་ཨི་ཡིག་གི་རང་བཞིན་དུ་གྱུབ། ཁྱབ་བྱེད་རྒྱ་ཁམས་ལྟ་ཡིག་གི་རང་བཞིན་
དུ་འགྱུར་རོ། །རྩ་བའི་རྒྱུ་ལྟ་པ་དེ་ལ་ཨ་ལ་སོགས་པའི་རྩ་བའི་དབྱངས་ལྟར་
འཛོག་པ་ཡང་། དེ་དག་གི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་སྟོག་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་དེ་རྟོང་ཆེན་ཡི་
གི་ལྟའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཐིམ་རོ། །

གཉིས། ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྟའི་དོ་བོ་བཤད་པ།

དེ་ནས་ཡན་ལག་རྒྱུ་ལྟའི་ནི། །
སྒྲུ་ནི་སས་བསྐྱེད་ནམ་མཁའ་ལྟ། །
ཅས་སྤལ་རྒྱུ་སྟེ་ཨི་ཅུ་བཤད། །
ཅངས་པ་མེ་སྟེ་ལྟར་ཉིད་ཡིན། །
ལྟ་སྒྱུན་རྒྱ་ཁམས་ཨོ་ཅུ་འགྱུར། །
ལྟ་ལ་ནི་ས་ཁམས་ནོར་ལས་རྒྱལ། །

དེ་ནས་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྟའི་སྒྲུ་ལྟའི་རྒྱུ་ས་ཁམས་ཡི་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་
ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་ལྟ། ཅས་སྤལ་གྱི་རྒྱུ་ནི་རྒྱུ་ཁམས་ཏེ་ཨི། ཅངས་པ་མེ་
ཁམས་ལྟར། ལྟ་སྒྱུན་རྒྱ་ཁམས་ཨོ། ནོར་རྒྱལ་ས་ཁམས་ལྟལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན།

གསུམ། བསྐྱེད་སྐྱེད་བཤད་པ།
ཐོག་མར་ཟླ་བ་རེ་རེ་ལ། །

རིམ་བསྐྱེད་ད་ལྟ་ལས་ཀྱན་བྱེད། །
 བསྐྱེད་པ་པོ་ནི་བརྩ་བརྩར་བཤད། །
 འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ལས། །
 སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུད། །
 ཀྱན་གཞི་མཁའ་སྟེ་ཉོན་ཡིད་བཅས། །
 འདུ་བྱེད་རྒྱུད་སྟེ་ཚོར་བ་མ། །
 འདུ་ཤེས་རྩུ་ལ་གཟུགས་ནི་ས། །
 རིམ་པས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་གསུངས། །

དེ་ལྟར་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་རྣམས་ནི་མངལ་གྱི་ཟླ་བ་གཉིས་པའི་ཐོག་
 མ་ནས་རིམ་བཞིན་རྩ་ཟླ་བ་རེ་ལ་རྒྱུད་རེ་བསྐྱེད་ཅིང་། ད་ལྟར་རྩ་བའི་རྒྱུད་ལས་
 སྤང་པོ་ལྟའི་རྟེན་དང་། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལས་དབང་པོ་ལྟའི་རྟེན་བྱེད་པ་ལ་
 ཐོགས་པའི་ལས་ཀྱན་བྱེད་ཅིང་། བསྐྱེད་པའི་ཚོ་ལོ་བརྩ་བརྩལ་རྒྱུད་རེ་རེའི་དོ་
 བོའི་རྩས་པ་ཉམས་འགོ་བར་བཤད། འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་རྒྱུད་ལས། དེ་ཡང་
 སེམས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྒྱུད་དང་། ཀྱན་གཞི་རྣམ་
 ཤེས་བརྩན་པ་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པ་ནམ་མཁའི་རྒྱུད་དང་། ཉོན་ཡིད་ལས་
 ཡུལ་འདུ་བྱེད་པ་བཅས་ལངས་པ་ནི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱུད་དང་། ཚོར་བ་ནི་རྒྱུད་སྐྱེད་པར་
 བྱེད་པས་མེ་ཡི་རྒྱུད་དང་། འདུ་ཤེས་ནི་མཚན་མར་འཛིན་པས་རྩུ་རྒྱུད་དང་།
 གཟུགས་ནི་སྤྲ་ཁིང་བརྟན་པའི་ཁམས་ཡིན་པས་ས་རྒྱུད་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་རིམ་པ་
 བཞིན་རྩ་འཁོར་བའི་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་རྩ་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། གནས་དང་བྱེད་ལས་བཅས་པ་བཤད་པ།

གཅིག །རྩ་བའི་རྒྱུད་ལྟའི་གནས་དང་བྱེད་ལས་བཤད་པ།

༡ ཐོག་འཛིན་རྒྱུད།

ད་ལྟ་ལས་གནས་ལས་བྱེད་པ། །

རྒྱུར་ནི་ལས་རྣམས་ཀྱན་བྱེད་ཀྱང་། །

ཙ་བ་དབུ་མ་སྟོག་རྒྱུ་ནི། །
 དབུས་གནས་ཀྱན་གཞི་བརྟེན་པར་བྱེད། །
 བཅ་མཁའི་མགོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ། །
 འཆི་བའི་ཆོ་ན་ཡང་དག་རྒྱ། །
 དྭ་ལྷ་བདག་འཛིན་དུན་པ་བསྐྱེད། །
 ལྷག་ན་བརྒྱལ་སྟོ་འཆི་བར་བྱེད། །
 ལས་དང་ཡེ་ཤེས་འདྲེས་པར་གནས། །
 ཁ་དོག་ནམ་མཁའ་ལྷ་བྱར་བཤད། །

སྟོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུ་དེ་ནི་དྭ་ལྷར་ལུས་ལ་གནས་པ་དང་ལས་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི།
 སྦྱིར་སྤྲ་བའི་ཚུལ་གྱི་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ཀྱང་། ཙ་བ་ནི་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་
 ཤེས་པ་ལས་ལངས་པའི་འདུ་བྱེད་ཡིད་གྱི་གཡོ་བ་སྟོག་རྒྱུ་ནི་ཙ་བ་དབུ་མའི་དབུས་
 བ་གནས་ཤིང་། རྟེན་དང་རྟེན་ཅན་གྱི་ཚུལ་གྱི་ཀྱན་གཞི་བརྟེན་པར་བྱེད་ལ།
 འདིའི་ཆ་ཤས་ནི་དུས་སྟོར་ཐམས་ཅད་གྱི་མཐར་རྒྱ་ཞིང་། སྟོག་རྒྱུ་འདིའི་མིང་
 ལ་ནམ་མཁའི་མགོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ། བཅ་ཞིག་གང་ཟག་རྣམས་འཆི་བའི་དུས་སུ་
 ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ལ་ལས་རྒྱུ་མགོན་པོ་འདི་འབའ་ཞིག་རྒྱ་བར་ཉི་ཤི་ཆིག་
 སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡོངས་པར་རྒྱལ། །དྭ་ལྷར་ལུས་འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ནི། སྦྱིར་
 ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ལ་སྤང་བའི་རྣམ་ཤིང་དང་། བདག་འཛིན་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པ་
 ཡིན་ཀྱང་། བྱེད་པར་དུ་ཀྱན་གཞི་ལ་དམིགས་ནས་བདག་དུ་འཛིན་པ་བསྐྱེད་
 ཅིང་། དུན་པ་ཡང་སྦྱིར་ཡིད་ཤེས་ཤིང་གས་བཅས་ཀྱི་དུན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱེད་
 པར་དུ་མ་ཡོངས་པའི་དུན་པ་རྒྱན་བརྟེན་པ་བསྐྱེད་དོ། །གནས་དབུ་མ་དེ་ལས་
 གཞན་དུ་ལྷག་ན་བརྒྱལ་བ་དང་། སྟོ་བ་དང་། འཆི་བའི་རྟེན་རྣམས་བྱེད་དོ། །དྭ་
 ལྷར་ལས་གཡོ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་ལས་རྒྱུ་དམ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འདྲེས་
 པར་གནས་ཤིང་། དེའི་ཁ་དོག་ནི་ནམ་མཁའ་ལྷར་ཅི་ཡང་མ་བྱབ་པར་བཤད།

༡ ཟུར་སེལ་གྱི་རྒྱུང་།

ཟུར་སེལ་འོག་ཏུ་གསུམ་འདུས་ནས། །
 འོག་འགྲོ་དངས་སྟིགས་འབྲིན་སྟོམ་བྱེད། །
 ཏུང་ཅན་ན་གནས་བདེ་བའི་ཁམས། །
 འོག་ན་སྦྱང་གི་ནད་སྦྱང་བྱེད། །

ཟུར་སེལ་གྱི་རྒྱུང་ནི་ཉེ་འོག་ཙུ་གསུམ་འདུས་མདོར་ན་གནས་ཤིང་འོག་ཏུ་འགྲོ་
 བ་དང་། བྱེད་ལས་གཤང་གཅི་ཁྱ་བ་གསུམ་དྲངས་སྟིགས་འབྲེད་ཅིང་། སྟིགས་མ་
 འབྲིན་པ་དང་དྲངས་མ་སྟོམ་པའི་ལས་བྱེད། ཙུང་ཅན་ན་གནས་པའི་རོ་བོ་
 བདེ་བ་ཡི་ཤེས་གྱི་ཁམས་ཡིན། རང་གནས་ལས་འོག་པར་རྒྱ་ན་ལུས་སྦྱང་གི་ནད་
 རྒྱུས་སྦྱང་པར་བྱེད་དོ། །

༡ མེ་མཉམ་རྒྱུང་།

མེ་མཉམ་མདུན་སྟོགས་ཙུ་ལས་བྱུང་། །
 སོ་བར་བྱག་སྟེ་དངས་སྟིགས་འབྲེད། །
 ལུས་ཀྱན་ཏུ་བྱིར་འོག་གྱུར་ན། །
 སྟོ་འཁྲོག་འབྲུ་དང་མ་རུངས་བྱེད། །

མེ་མཉམ་རྒྱུང་ནི་དབུ་མའི་མདུན་སྟོགས་གྱི་ཙུ་སྒྲར་མ་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཙུ་མོ་
 གཅིག་སོ་བ་ལ་བྱག་སྟེ། ཁ་བས་གྱི་དྲངས་སྟིགས་འབྲེད་ཅིང་དྲངས་མ་ལུས་གྱི་
 གནས་ཀྱན་ཏུ་བྱིར་བར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་གནས་ལས་འོག་ན་སྟོ་བ་སྟོ་བ་
 དང་། འཁྲོག་པ་དང་། འབྲུ་བ་དང་། གཞན་ཡང་སྟོ་བ་མ་རུངས་པར་བྱེད་པའི་
 བྱད་སྟོ་ཚོགས་སྦྱང་དོ། །

༥ གྱེན་རྒྱུའི་རྒྱུང་།

གྱེན་རྒྱུ་མེ་མཚམས་ཙུ་ལས་བྱུང་། །
 མགྱིན་པའི་གནས་སུ་ལས་ཀྱན་བྱེད། །
 ལུས་ངག་སྐྱ་གར་སོགས་རྒྱུས་ཡིན། །
 འོག་ན་སྟོང་ནད་པལ་ཆེར་བྱེད། །

གྱེན་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་དབུ་མའི་མེ་མཚམས་ཏེ་རྩ་མ་གཡས་པའི་ཐད་སྟོགས་ཙ་སྤང་
 ཆེན་ལྷེ་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ནི་མགྲིན་པའི་གནས་སུ་འབྱུང་བསྟོན་དང་། སྤྲོ་
 བརྗོད་སྟགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད་ཅིང་། གཙོ་བོར་ངག་གི་རྣམ་པ་རིག་བྱེད་
 ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་བྱ་སྤྱད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་གར་ལ་སྟགས་པའི་ལས་
 རྣམས་བྱེད། རང་གི་གནས་ལས་ལོག་ན་རོ་སྟོན་གྱི་ནད་པལ་ཆེར་སྐྱེད་པར་བྱེད།
 ༥ བྱབ་བྱེད་གྱི་རྒྱུ་།

བྱབ་བྱེད་གཡས་སྟོགས་རོ་མ་དང་། །

འབྲེལ་ནས་ལུས་ཆོགས་ཀྱན་ལ་གནས། །

ལུས་ཀྱི་སྟོབས་བྱེད་དེ་ལོག་པས། །

ཡན་ལག་ཞ་རེངས་ནད་ཀྱན་བྱེད། །

བྱབ་བྱེད་གྱི་རྒྱུ་ནི་གཡས་སྟོགས་རོ་མ་དང་འབྲེལ་ནས་ལུས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱན་
 ལ་གནས་ཤིང་། དེས་ལུས་ལ་སྟོབས་བྱགས་རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད། རང་གི་གནས་
 ལས་ལོག་ན་ཡན་ལག་རྣམས་ཞ་བ་དང་རེངས་པའི་ནད་ཀྱན་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས། ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྷའི་གནས་དང་བྱེད་ལས།

བདེན་བྲལ་རྒྱབ་སྟོགས་རྒྱུ་མཚམས་དང་། །

གཡོན་སྟོགས་དབང་ལྡན་རིམ་པ་ལྟར། །

སྤྱ་སྟགས་ཡན་ལག་རྒྱུ་སྤྲ་སྟེ། །

སྤྱ་ཡིས་གཟུགས་འཛིན་ལུས་སྐྱེག་བྱེད། །

རུས་སྤལ་སྤྱ་འཛིན་རྒྱུ་ལག་བསྟོན། །

ཅངས་པ་དྲི་འཛིན་ཁོ་འབྲུག་བྱེད། །

ལྷ་སྐྱེན་རོ་འཛིན་སྤལ་བ་བྱེད། །

ནོར་རྒྱས་རིག་འཛིན་ལུས་འདི་ལ། །

ཤི་ནས་མ་འཁོར་བར་བྱ་གནས། །

དེ་ལྟ་བུན་བརྒྱད་རང་བཞིན་ཏེ། །

འདི་རྣམས་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཡིན། །

ཚ་དབུ་མའི་བདེན་བྲལ་སྟེ་ལྟ་བུ་སྟོགས་དང་། རྒྱལ་སྟོགས་དང་། རྒྱུ་
 མཚམས་ཏེ་རྒྱལ་བྱང་སྟོགས་དང་། གཡོན་སྟོགས་དང་། དབང་ལྡན་སྟེ་བྱང་ཤར་
 སྟོགས་ནམས་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ། ལྷའི་རྒྱུ་ལ་སྟོགས་པ་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྔ་
 པོ་གནས་ཤིང་བྱ་བ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་གཡས་ཐད་ལྟ་བུ་རྒྱལ་སྟོགས་ལ་
 གནས་པའི་ལྷའི་རྒྱུ་ནི། རྒྱལ་གྱི་ཚ་འདབ་ནས་ཅེ་མོ་མིག་ལ་བྱུག་པའི་ཚ་སྐྱམ་
 རྩོད་མ་ལ་གནས་ཏེ་བྱེད་ལས་གཟུགས་འཛིན་པར་བྱེད། ཅེ་མོ་གཞན་ལུས་ལ་
 རྩབ་པས་ལུས་སྟེག་པར་བྱེད། །ལུས་ཀྱི་རྒྱལ་སྟོགས་སུ་གནས་པའི་རྩས་སྐལ་གྱི་
 རྒྱུ་ནི་རྒྱལ་བའི་ཚ་ལས་ན་བ་ལ་རྒྱས་ཏེ་སྐྱེ་འཛིན་པ་དང་། ཅེ་མོ་གཞན་ནམས་
 ཀྱིས་རྒྱང་ལག་ནམས་འགྲལ་བསྐྱོད་བྱེད། །རྒྱལ་བྱང་མཚམས་སུ་གནས་པའི་
 ཚངས་པའི་རྒྱུ་ནི། ཀྱན་འཕྲངས་པའི་ཚ་ལས་སྐྱ་བུག་དུ་འབྲེལ་བའི་བར་གྱི་ཚ་
 བྱིམ་མ་ལ་གནས་ཏེ་བྱི་འཛིན་པ་དང་། ཅེ་མོ་གཞན་ནམས་ཀྱིས་ཁོང་ཁོ་འབྲུག་
 པར་བྱེད། །གཡོན་སྟོགས་སུ་གནས་པའི་ལྟ་སྟེན་གྱི་རྒྱུ་ནི་དབང་པོ་ཚ་ནས་ལྟེ་
 ལ་བྱུག་པའི་ཚ་གདུམ་མོ་ལ་གནས་ཏེ་རྩོ་འཛིན་པར་བྱེད། ཅེ་མོ་གཞན་གྱིས་སྐལ་
 བ་བྱེད། །བྱང་ཤར་མཚམས་སུ་གནས་པའི་ནོར་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་ནི་ཚུལ་འཆོས་པའི་
 ཚ་ལས་ལྟེ་རྒྱུ་ལ་བྱུག་པའི་བདུད་བྲལ་མ་ལ་གནས་ཏེ། རིག་བྱ་འཛིན་པ་དང་།
 ལུས་འདི་ཤི་ནས་ཆ་ཤས་སུ་མ་འཁོར་གྱི་བར་དུ་གནས་ཤིང་། ལུས་སྐྱ་བའི་ཁམས་
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྒྱུ་བརྩུ་པོ་དེ་དུ་སྟེང་གི་ཐུན་བརྒྱུད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་
 འབབ་ཅིང་། རྒྱུ་དེ་དག་ཀྱང་ཁམས་ལྔའམ་དུག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས།
 རྒྱུ་ཕྱིར་འགོ་བ་ན་རྒྱུད་རིམ་དང་། བར་དུ་རྒྱལ་བའི་ཆོ་བསྐྱེད་རིམ་དུ་འབྱུང་བ་
 ཡིན། ཚ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་འདི་ནམས་ནི་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།
 ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྔ་པོ་འདི་དག་གི་མིང་གི་དོན་ཡང་། རོ་རྩེའི་ལུས་ཀྱི་སྐྱས་
 བཤད་ལས། གདུག་པའི་ནད་ནམས་སྟེགས་པར་འབྱིན་པས་སྟུ། ཡན་ལག་གི་
 རྒྱུ་བསྐྱམས་བྱེད་པས་རྩས་སྐལ། ཁོ་ཁོང་འབྲུག་པར་བྱེད་པས་ཚངས་པ། གཡལ་
 ཁོང་ཆགས་པར་བྱེད་པས་ལྟ་སྟེན། རྩིད་པ་དང་སྟོག་མི་འདོར་བས་ནོར་ལས་རྒྱལ་
 ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡན་ལག་གི་རྒྱ་འདི་དག་གི་བྱེད་ལས་དང་དེར་རབས་རྒྱ་ཕྱོགས་པའི་གསོ་
 རིག་ནང་དུ་བཤད་པའི་སྐད་པའི་ཆའི་བྱེད་ལས་དང་། ཉ་ཅང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་སྟེ།
 རྩ་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་ཆ་འཕྲ། ཆ་སྤྲུལ་སྐྱོར་མ་ལ་གནས་བཅས་པའི་སྐྱའི་རྒྱ་གིས་
 གཟུགས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་པའི་སྐད་པའི་ཆ་ཨོ་ཕུ་མི་ཁི་
 (Optic) དང་བྱེད་ལས་མཆུངས། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་བའི་ཆ་ལ་གནས་པའི་རྒྱ་
 སྐྱལ་གྱིས་རྒྱ་གིས་སྐྱ་འཛིན་པའི་ལས་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་སྐད་ཆ་ཆ་སི་མེ་རྒྱུ་
 ལ་ལ་ཁི་ལེ་ཡེ (Vestibulocochlear) དང་བྱེད་ལས་མཆུངས། ཀྱན་འཕྱངས་པའི་
 ཆ་ལ་གནས་པའི་ཆ་དང་པའི་རྒྱ་གིས་དྲི་འཛིན་པའི་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་ཀྱི་
 སྐད་ཆ་ཨོ་ལ་ལྷས་ཁི་མོ་རོས་(Olfactory) དང་བྱེད་ལས་མཆུངས། དབང་པོའི་ཆ་
 ལ་གནས་བཅས་པའི་ལྷས་བྱིན་གྱིས་རོ་འཛིན་པའི་ལས་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་སྐད་ཆ་
 རྩ་ལོ་སོ་རྩིས་རེན་རྒྱལ་(Glossopharyngeal) དང་བྱེད་ལས་མཆུངས་སོ། དེས་ན་
 རོ་འཛིན་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཐིག་རྒྱ་གསུམ་གྱི་གནས་ལུགས་ཞིབ་མོར་ཤེས་པར་འདོད་ན་
 གསོ་རིག་གཞུང་གི་བཤག་བཅོས་ཀྱི་གཞུང་དང་བསྟར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་གལ་
 ཆེ་བར་མཐོང་། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྒྱ་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་དང་བྱེད་ལས་བཅས་པ་བཤད་པ།

གཅིག རྒྱ་ནང་དུ་རྒྱ་བའི་རྒྱུ།

༡ ཆ་འཁོར་ལོ་བཞིན་རྒྱ་ཚུལ། (1) རྩིང་གའི་འཁོར་ལོ།

རྒྱ་ཚུལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཡིན་སྟེ། །

སྟོག་རྒྱ་སྐྱ་གཅན་རང་བཞིན་ནི། །

དབུ་མར་རྒྱུ་པོ་ལྷ་བྱར་གནས། །

དི་ལྷར་རྩིང་གི་འཁོར་ལོ་ལྷར། །

འཁོར་ལོ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

སྟོག་རྒྱ་སྐྱ་གཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ནི་མང་ལ་ཆགས་པ་ནས་བརྒྱུད་མ་ཤིང་
 བར་དུ་ཆ་དབུ་མ་ལ་གནས་ཏེ། རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པོ་ལྷ་བྱར་གནས་ཤིང་།

དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་རྩ་བ་དང་། ཡན་ལག་གི་རྒྱ་བཅུ་ནི་ལྷན་གྱི་སྟོང་སྟངས་དང་།
 སྤྱི་ནང་ཀུན་ཏུ་ལས་བྱེད་པས་སྟོན་པོ་ལྟར་བྱའོ། ཇི་ལྟར་སྟོང་གའི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་བཅུ་
 རྩེ་ཚན་བརྒྱད་ཏུ་རྒྱ་བ་ལྟར། འཁོར་ལོ་གཞན་ཉི་ལྔ་དང་། བཤེན་པ་སོགས་
 འཁོར་ལོ་གཞན་ནམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། རྩེ་ཚན་བརྒྱད་བརྒྱད་ཏུ་རྒྱ་བར་ཤེས་
 པར་བྱའོ། (2) སྤྱི་བོའི་འཁོར་ལོ།

སྤྱི་བོའི་འཁོར་ལོ་སྟུམ་རུ་གཉིས། །
 རྒྱ་བའི་རྒྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི། །
 རྒྱ་བཅུ་དེ་ཕྱིར་བཅུ་དྲུག་བཤད། །
 གཉིས་ནི་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་ཏེ། །
 གཞན་དག་བཅུ་བཞི་རིམ་པ་ལྟར། །
 ལྷ་པ་གསུམ་དང་བཞི་པ་གཅིག །
 གསུམ་གཉིས་གཅིག་ནི་རིམ་བཞིན་རྒྱ། །
 སྤྱི་མའི་རྩ་བ་དུན་རིམ་པ་བསྒྲིག། །
 དེ་དག་ཡོན་ཏན་རིམ་པ་ཡིས། །
 དབྱུག་གུ་ཉེར་བརྒྱད་སྟོང་པ་བཞི། །
 སྤྱིར་ནི་ཞག་གཅིག་སྟུམ་རུ་གཉིས། །
 ཡུང་ཙམ་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་བཤྲོད། །

སྤྱི་བོའི་འཁོར་ལོའི་རྩ་བ་འདྲ་བ་སོ་གཉིས་ནི། བྱང་སྟོར་གྱི་རྩ་བ་འདྲ་བ་བཅུ་དྲུག་
 ལས་ཁམས་དཀར་ཆ་གནས་པ་དང་། སྤྱི་སྟོར་གྱི་བཅུ་དྲུག་ལ་དམར་ཆ་གནས་
 པས་དེ་གཉིས་བསྟོམས་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དུས་གྱི་འཁོར་ལོར་རྒྱ་བའི་
 རྒྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་རྒྱ་བཅུ་བའི་ཕྱིར་བཅུ་དྲུག་ཏུ་བཤད། རྒྱ་བ་དང་
 མཚུངས་པའི་རྒྱ་བ་ཚན་ནི། འཁོར་ལོ་འདིར་རྒྱ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྷ་
 ལྟན་ཙན་རྒྱ་བས། དེའི་ཕྱིར་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་གི་རྩ་བ་བཅུ་དྲུག་བཤད། འཁོར་
 ལོ་དེའི་ལྷ་རྒྱ་བ། ཡོན་ཏན་འགྲིལ་རིམ་གྱི་བདུན་པ་རྫོགས་མཚམས་རྩ་བ་འདྲ་བ་
 བརྒྱད་པ་དཔལ་རྩ་བ་དང་། དེ་ལས་རིམ་བཞིན་སྤྱི་རྒྱ་བ་ཡོན་ཏན་འཕེལ་རིམ་གྱི་

བདུན་པ་རྫོགས་མཚམས་ཙུ་བརྒྱད་པ་ལྟག་ཙུ་ལྟེ། ཙུ་འདབ་བརྒྱད་པ་དེ་གཉིས་
 བེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་བས། འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དེ་གཉིས་བེ་སྟོང་པའི་རང་
 བཞིན་ཡིན་ཏེ། གཞན་དག་བཅུ་བཞི་པོ་དེ་དག་རིམ་བཞིན་གཡས་བསྐྱོར་གྱིས།
 རུལ་ཐུན་སྟོང་སྟོབས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་རྒྱུ་གཞུགས་སྒྲ་སོགས་ཡོན་
 ཏན་ལྟ་དང་ལྟན་པའི་ཙུ་འདབ་གསུམ། དེ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་པའི་
 ཡོན་ཏན་བཞི་ལྟན་གཅིག དེ་ནས་མེད་རྒྱུ་གཞུགས་རྒྱུ་གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་
 ཡོན་ཏན་གསུམ་ལྟན་གཅིག དེ་ནས་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་སྒྲ་རིག་གི་ཡོན་ཏན་གཉིས་
 དང་ལྟན་པ་གཅིག དེ་ནས་ནམ་མཁའི་རྒྱུ་སྒྲའི་ཡོན་ཏན་གཅིག་ཕུ་དང་ལྟན་
 པ་གཅིག་བཅས་རྒྱུ་ལྟེ། སྤྱི་རྒྱུ་གི་ཙུ་བདུན་བེ་དེ་ལས་ལྟོག་ལྟེ། ཙུ་འདབ་དང་
 སྤོར་རྒྱུ་ཡོན་ཏན་གཅིག་ལྟན། ཙུ་འདབ་གཉིས་པ་རྒྱུ་ཡོན་ཏན་གཉིས་ལྟན་
 སོགས་གོང་ལས་རིམ་བཞིན་གོ་ལྟོག་པར་རྒྱ་བ་ཡིན། རྒྱུ་དེ་དག་གི་རྒྱ་བ་མང་
 རྒྱུ་གིས་ཡོན་ཏན་རིམ་བཞིན་ཆེ་འབྱིང་རྒྱུ་རུ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །
 བདེ་དབྱེས་སོགས་ནས་བསྟན་པའི་ཙུ་འདབ་སོ་གཉིས་ཀྱི་དབང་རུ་བྱས་ན། དེར་
 རྒྱ་བའི་རྒྱུ་བེ་དབྱུ་གྱ་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། སྟོང་པ་གཉིས་ཐབས་ཤེས་
 ཀྱིས་དབྱེ་བས་བཞིར་བྱས་པས་བཞི་སྟེ་སོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟེ། སྤྱིར་ཞག་གཅིག་གི་
 རྒྱ་ཆོད་གཉིས་རེ་ལ་ཡུད་ཅམ་རེ་བཅེས་པས། ཡུད་ཅམ་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་ཀྱི་
 བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པར་ཡང་རྒྱུ་རྒྱུ་ནམས་ལས་གསུངས་སོ། །

[illegible]

(3) བཤུན་པའི་འཁོར་ལ།

མགིན་པ་ཅ་ནི་བརྒྱ་དྲུག་པོ།

ཐབས་ཤེས་དབྱེ་བས་སྤྲུལ་ཅུ་གཉིས། །

དེ་ལ་བཞིར་ནི་སྒྲོང་པ་སྟེ།

གཞན་དག་ཕྱོགས་འཁོར་བརྟན་བརྟན་ཏུ།

[illegible]

གཞན་ནས་འཕོ་བ་བརྒྱུག་བཤད། །

མགིན་པའི་འཁོར་ལོར་ཅ་འདབ་བརྒྱུག་ཏུ་བཤད་ཅིང་། ཏུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
ལྟར་ན་དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་སུ་འབྱུར། ཅ་སོ་
གཉིས་པོ་དེ་ལས་མཆོམས་ཀྱི་ཅ་འདབ་བཞི་ལ། སྟོང་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གི་ཁམས་
རྒྱུ་ལ། གཞན་ཕྱོགས་བཞི་ན་ཅ་འདབ་བདུན་བདུན་ཏུ་གནས་པ་དེ་དག་རྒྱ་སྐར་
ཉིར་བརྒྱད་ཀྱི་ལོངས་སྟོང་དང་མཚུངས་པའི་རྒྱུ་རྒྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་བདེ་
དབྱེས་འདུས་པ་སོགས་ནས། ཅ་འདབ་བརྒྱུག་ལ་འཕོ་བ་བརྒྱུག་གི་རྒྱུ་རྒྱ་
བར་བཤད་དོ། །(4) རྟེ་བའི་འཁོར་ལོ།

རྟེ་བར་ཅ་ནི་རྒྱལ་ཅུ་བཞི། །

ཁྱིམ་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཐེ་བས་ན། །

ལྷ་ཆོན་བརྒྱ་གཉིས་རྒྱལ་ཅུར་སྟེ། །

དབྱུག་སུ་རྒྱལ་ཅུའི་བདག་ཉིད་དོ། །

བཞི་ནི་སྟོང་པ་དབྱུ་མར་རྒྱ། །

རྟེ་བའི་འཁོར་ལོའི་ཅ་འདབ་རྒྱལ་ཅུ་ཅ་བཞི་ནི། ཁྱིམ་རེ་རེ་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་
ལྷ་རེ་དབྱེ་བས་ལྷ་ཆོན་བརྒྱ་གཉིས་བཞེམས་པས་རྒྱལ་ཅུར་སྟེ། དེ་ལྟར་འཕོ་བ་
རྒྱལ་ཅུ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་འདབ་རྒྱལ་ཅུ་པོ་དེར། དབྱུ་སུ་རྒྱལ་ཅུའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་
རྒྱུ་རྒྱ་བ་ཉིད་དོ། ཅ་བའི་ཅ་བཞི་པོ་དེར་སྟོང་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་དབྱུ་མར་རྒྱ་
བ་ཡིན་ནོ། །

༡ ཅ་རྒྱུའི་ཁམས་བཤད་པ།

ཀྱན་ཀྱང་མདུན་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་། །

གཡས་མེ་གཡོན་རྒྱ་རྒྱལ་ཕྱོགས་ས། །

མཆོམས་དང་བཅས་པ་རགས་པ་ཡིན། །

གོང་དུ་བཞུགས་པའི་ལུས་ཀྱི་སྟོང་སྟངས་ཏུ་གནས་པའི་འཁོར་ལོ་རྒྱལ་གི་ཅ་ཀྱན་ཀྱང་
འབྱུང་བའི་ཁམས་དང་སྐར་ན། མདུན་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ཁམས། གཡས་
ཕྱོགས་མེ་ཁམས། གཡོན་རྒྱ་ཁམས། རྒྱལ་ཕྱོགས་ས་ཁམས་དང་། མཆོམས་བཞིའི་

ཁམས་ནམས་ཀྱང་སྟོགས་བཞིའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ། ཤར་ལྟོ་རྒྱུང་ཁམས། ལྟོ་རྒྱུང་མེ་ཁམས། རྒྱུང་བྱང་ས་ཁམས། བྱང་ཤར་རྒྱུང་ཁམས་ཡིན་པ་བཅས་ནི་སྦྱོར་ཚུལ་རགས་པ་ཅིམ་ལོ། །

༩ ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོར་རྒྱ་བའི་ཚུལ།

དེ་བཞིན་ཆོགས་ཆེན་བཅུ་གཉིས་གྱི།

འཁོར་ལོ་རྒྱ་བ་སྟུམ་ཅུ་སྟེ། །

ཀྱན་ལས་སྟུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུའི་སྟོག།

ཉིང་ལག་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །

འཁོར་ལོ་བཞི་ལ་རྒྱུང་རྒྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་གི་ཆོགས་ཆེན་བཅུ་གཉིས་གྱི་འཁོར་ལོ་རེ་རེ་ལ་ཙུ་འདབ་སྟུམ་ཅུ་རེ་ཡོད་པར་དེ་དག་ལ་རྒྱུང་གི་རྒྱ་བ་སྟུམ་ཅུ་རེ་ཡོད་ཅིང་། ཙུ་ཀྱན་ལ་རྒྱུང་གི་རྒྱ་བ་བཞུགས་པས་སྟུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུའི་སྟོག་རྒྱུང་དང་ལྡན་ལ། དེ་ཡང་དཀར་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་དབྱངས་དང་། དམར་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་གསལ་བྱེད་གྱི་རོ་པོ་ཉིད་དུ་རྒྱ་བ་ཡིན་པར་བཤད། ཉིང་ལག་གི་ཆོགས་རེ་ལ་ཙུ་འདབ་དྲུག་དྲུག་སྟེ། བཞུགས་པས་སྟུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་། རྒྱུང་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ནམས་གོང་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༠ ཙུ་མོ་ནམས་སུ་རྒྱ་བའི་ཚུལ།

དེ་ནས་སྟོང་སྟག་ཉི་ཤུ་བཞིར། །

འགོ་བ་དབུ་མའི་བདག་ཉིད་གསུངས། །

དཀར་དམར་གྱིས་སྟེ་དེ་དང་མཉམ། །

སྟོང་སྟག་བདུན་ཅུ་ཙུ་གཉིས་སུ། །

ཉི་ཤི་ཆོག་སྟོང་དྲུག་བརྒྱའི་རྒྱུང་། །

དེ་ལྟར་ནང་ན་རྒྱ་བར་འཁྱུར། །

ཙུ་སྟོང་སྟག་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ལ་དབུ་མ་སྟོང་གཅན་གྱི་རྒྱུང་རྒྱ་བ་སྟུགས་དོ་རྗེའི་བདག་ཉིད། ཙུ་སྟོང་སྟག་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ལ་ནི་རྒྱུང་མ་དཀར་ཆ་འབབ་པ་སྟུ་དོ་རྗེ་དང་། ཙུ་སྟོང་སྟག་ཉི་ཤུ་བཞི་ལ་ནི་རོ་མ་དམར་ཆ་འབབ་པ་གསུང་དོ་རྗེའི་

གི་འཕོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་ཆོས་མཚུངས། བྱེ་རོལ་དུ་བྱིམ་རེ་ལ་དབྱུག་གྲུ་ལྔ་
རེ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ལྷས་ནང་དུ་འཕོ་བ་རེ་ལ་དབྱེལ་འཁོར་ལྔ་རེ་ཡོད་པ་ཆོས་
མཚུངས། བྱེ་རོལ་དུ་ལོ་གཅིག་ལ་ཆུ་ཚོད་ཉི་བྲི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང་།
ནང་དུ་ཞག་གཅིག་ལ་དབྱུགས་ཉི་བྲི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཆོས་མཚུངས་པ་
ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །

གཉིས། རྒྱུ་བྱེ་རོལ་དུ་རྒྱ་བའི་ཚུལ།

༡ རྒྱུ་རྒྱ་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ། (1) རྒྱུ་འཇུག་པའི་སྒོ།

དེ་ནས་བྱེ་རོལ་རྒྱ་བ་བཤད། །

བ་སྤྱད་བང་པོའི་སྒོ་ཀུན་ནས། །

རྒྱ་ཡང་བྱད་པར་འཇུག་པའི་སྒོ། །

ཅ་ཆེན་གཉིས་བརྒྱད་སྟུག་དུ། །

དེ་ཡང་བྱེ་རོལ་དུ་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤྱ་བར་བ་སྤྱ་བྱེ་བ་སྤྱག་བྱེད་བཞི་དང་། རག་
པར་དབང་པོའི་སྒོ་དགུ་ཐམས་ཅད་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན་ཡང་། བྱད་པར་དུ་འཇུག་
པའི་སྒོ་ནི་ཉེ་བའི་ཅ་ཆེན་གཉིས་བརྒྱད་ནས་སྟུག་གཉིས་ནས་རྒྱ་བའོ།

(2) ཉི་ཟླའི་རྒྱུ་རྒྱ་ཚུལ།

གཡས་པ་ཉི་མ་དུག་གི་རྒྱུ་། །

གཡོན་པ་ཟླ་བ་བདུད་ཅི་སྟེ། །

ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་ནོ། །

ཞག་རེ་བཞིན་དུ་དེ་ཡི་རྒྱུ་། །

བྲི་དང་བཞི་བརྒྱ་དུག་ཅུ་གཉིས། །

བྱེད་བཅས་ཉི་ཟླའི་རྒྱུ་དུ་བརྗོད། །

དེ་ཡང་གཡས་རོ་མ་ཉི་མ་མེད་ཆོས་ཅན་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་ཐབས་དང་། ལྷས་
གྱི་སྒོ་ནས་ཤེས་རབ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གསུང་རྟོ་རྗེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། བྱེད་
ལས་ནི་དུག་གི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལུས་པ་སྤྱད་རིམ་ཡིན་པའི་བྱིར་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་
བར་མི་དགེ་བའི་ལྷས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །གཡོན་རྒྱུ་མ་ཟླ་བ་ཆུད་ཆོས་ཅན་

བསམ་པའི་སྒོ་ནས་ཤེས་རབ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཐབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྐྱོད་
 རྗེའི་རང་བཞིན་བྱེད་ལས་བརྒྱུ་ཅི་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་རིམ་རྒྱ་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་
 རྒྱུར་ལོར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་དག་བའི་རྣམ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུར་རོ། །དེ་
 གཉིས་ནི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། རྣ་བུ་ག་རེ་རེ་ནས་ཞག་རེ་
 རྒྱ་བའི་རྒྱུ་ཅི་བྱི་གཅིག་དང་བཞི་བརྒྱ་རྒྱུ་ཅུ་རེ་གཉིས་དང་བྱེད་ (10,462.5)
 བཅས་རྒྱ་ཁིང་། དེ་གཉིས་ལ་ནང་གི་ཉི་ལྔའི་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསྟོམས་པས་
 ཉི་བྱི་དགུ་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་ (20,925) ཡོད་དོ། །(3) རྣ་གཅན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚུལ།

དེ་གཉིས་དབུས་ནས་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་། །

རྒྱུ་བརྒྱ་བརྒྱན་ཅུ་ཙ་ལྔ་ནི། །

རྣ་གཅན་མཁའ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །

རྒྱུ་ལྟེ་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཐུགས། །

དེ་ལ་ངོ་བོའི་དབྱེ་མ་ཡིས། །

ས་སོགས་ལྔ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ། །

ཉི་ལྔ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་སུ་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་རྒྱུ་བརྒྱན་ཅུ་ཙ་ལྔ་ནི། རྣ་གཅན་
 དང་། མཁའ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་ཁིང་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་
 པ་ཐུགས་དོ་རྗེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལ་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་ས་སོགས་
 པའི་འབྱུང་བའི་ཁམས་ལྔའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཅོ། །(4) རྣམ་སྟོར་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་
 སྟོག་མ་ངོས་བརྒྱུད་པ།

སྟེ་རྣམ་མ་དང་འབྲེལ་པའི་རྒྱུ་། །

ཆད་ཅིང་དེ་ནས་སྒྲར་རྒྱ་བས། །

ཀཏུ་འཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱ་བཤད། །

མངལ་གནས་ཀྱི་ལུས་དེ་མའི་མངལ་རྒྱ་གནས་སྐབས་སུ་མའི་ཙ་ལམ་བརྒྱུད་དེ་
 ལུས་ལ་རྒྱུ་ལྟེ་ཁིང་ཡོད་པ་རེད། བམ་ཞིག་རྒྱུ་སྟེ་བའི་རྣམ་སྟོར་མ་དང་འབྲེལ་
 བའི་ཙ་ལམ་ཡི་རྒྱུ་ཆད་ཅིང་། དེ་ནས་སྒྲར་སྒྲར་རྒྱ་བས་དང་པོ་དེ་ནི་ཀཏུ་འཁྱེད་
 ཁྱིམ་རྒྱ་བཤད་དེ། དེ་ཡང་སྟེ་རྣམ་རྒྱ་ཉི་མ་ན་བསྟོམས་བཞི་གསུམ་ཀཏུ་འཁྱེད་རྒྱ་

ཐོག་མར་བཤད་པར་དང་ཆོས་མཚུངས་སོ། །

༡ རུས་སྒྱུར་རྒྱས་པར་བཤད་པ། (1) རུན་མོང་རུ་བསྟན་པ།

ད་ནི་རུས་སྒྱུར་བཤད་པར་བྱ། །

ཙ་བ་ཡན་ལག་བཅས་པའི་རྒྱུད་། །

ལུས་ཀུན་ལོ་ལོ་རིམ་བརྒྱད་དེ། །

ཉེ་བར་སྟོག་གི་རུས་པ་བསྐྱེད། །

མཉམ་དང་མི་མཉམ་ཁྱིམ་བརྒྱ་གཉིས། །

རེ་མོས་གཡས་དང་གཡོན་འབྱུང་བས། །

དེ་ཉེར་རུས་སྒྱུར་གྱི་ཐོག་མ་ངོས་བཟུང་ནས་ད་ནི་རུས་སྒྱུར་གྱི་རྒྱུད་རྒྱ་ཚུལ་
བཤད་པར་བྱ་གྱེ། ཙ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་དང་། ལོ་ལོ་རིམ་མཉམ་དང་།
ཆོགས་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་དང་། ལུས་ཀུན་ཏེ་ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཙ་བ་ཞི་ལོ་ཙ་མཉམ་ལས་
རིམ་པར་བརྒྱད་དེ་ཉེ་བའི་ལོ་ལོ་རིམ་ཙ་བའི་ཙ་བའི་ལས་དབུ་མར་སྟོག་རྒྱུད་གི་
རུས་པར་བསྐྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་རྒྱུད་མཉམ་ཉེ་བའི་ཁྱིམ་བརྒྱ་གཉིས་བརྒྱད་། དབུ་
མར་སྟོག་རྒྱུད་གི་རུས་པ་བསྐྱེད་ལ། རོ་རྒྱུད་གཉིས་བརྒྱད་ལྷ་བྱག་གཉིས་ནས།
སྤང་སོགས་མཉམ་པ་གཡས་ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱག་དང་། ལུག་སོགས་མི་མཉམ་པ་གཡོན་
ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱག་ཉེ་ཁྱིམ་བརྒྱ་གཉིས་པོ་དེ་དག་ལས་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ནི། རེས་མོས་ཀྱིས་
གཡས་དང་གཡོན་རུ་འབྱུང་བས་ན་ནང་གི་འཕོ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་དང་། ཕྱི་རུས་
སྒྱུར་བརྒྱ་གཉིས་མཚུངས་སོ། ། (2) འཕོ་བའི་གངས་བསྟན་པ།

ཉི་མ་ལྟར་བཟོད་དང་པོ་ལ། །

ལྷ་བྱག་གཡས་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱུད་། །

ས་རྒྱ་མི་རྒྱུད་མཁའ་རིམ་བཞིན། །

ལུས་བརྒྱ་རྒྱག་ལྷ་བྱག་ལྷ་བྱག་། །

ཀུན་ལ་སྒྲོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱའོ། །

དེ་འོག་གཡོན་ནས་ཁྲ་བའི་རྒྱུད་། །

ནམ་མཁའ་རྒྱུད་མི་རྒྱ་ས་ཡིས། །

རིམ་པར་གྲངས་ནི་གོང་དང་མཚུངས། །

དེ་ལྟར་འཕོ་བ་བརྩ་གཉིས་ལ། །

ཉི་ཁྱི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྒྱ་རྟེ། །

ཕྱི་རོལ་དུ་ལོ་གཅིག་གི་རུས་སྒྲིབ་དང་ནང་དུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་དབུགས་རྒྱ་
བའི་རྒྱལ་གཉིས་སྒྲིབ་བ་ན། ཉི་མ་སྟོ་བཤོད་ཀྱི་འགོ་རྒྱུགས་པ་ནས་ཉི་མའི་སྟོ་བས་
འབྲི་བ་བཞིན། འབྲུང་བ་མུད་རིམ་དུ་རྒྱ་བའི་རྒྱུང་དང་པོ་ལ། ལྷ་བྱག་གཡས་
ནས་འབྲུང་བའི་རྒྱུང་། ས་རྒྱ་མི་རྒྱུང་ནས་མཁའ་ནམས་ཀྱི་རྒྱུང་རེ་རེ་ལའང་སྒུམ་
བརྒྱ་དུག་ཅུ་རེ་རྒྱ་བའི་ཡུན་ལ་འཕོ་རྒྱུང་རེ་ཡིན། འཕོ་རྒྱུང་ལྔ་བཅོམས་པས་
(360x5=1800) འཕོ་ཆེན་གཅིག་ཡིན། དེ་ནས་གཡས་ཀྱི་བྱིས་དུག་རྫོགས་པ་
བཞིན་དུ་འཕོ་ཆེན་དུག་རྫོགས་པའི་མཇུག་དུ། ཉི་མ་བྱང་བཤོད་ཀྱི་འགོ་རྒྱུགས་པ་
དང་གཡོན་ལྷ་བ་རྒྱུ་ཆོས་ཅན་གྱི་རྒྱུང་། བམ་མཁའ་རྒྱུང་མི་རྒྱུ་ས་ཡི་འབྲུང་བ་
འཕེལ་རིམ་དུ་རྒྱ་བ་རེ་རེ་ལའང་། སྒུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་སྟགས་རྒྱ་བའི་གྲངས་ནི་གོང་
དང་མཚུངས་སོ། དེ་ལྟར་འཕོ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་བཅོམས་པར་ཉི་ཁྱི་ཆིག་སྟོང་དུག་
བརྒྱ་ནི་ནང་དུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་རྒྱ་བའི་རྒྱུང་ཡིན་ལ། ཕྱི་རོལ་དུ་གོ་ལས་བྱིས་
བརྩ་གཉིས་ལ་འཁོར་བའི་ཡུན་ཡིན་ནོ། །

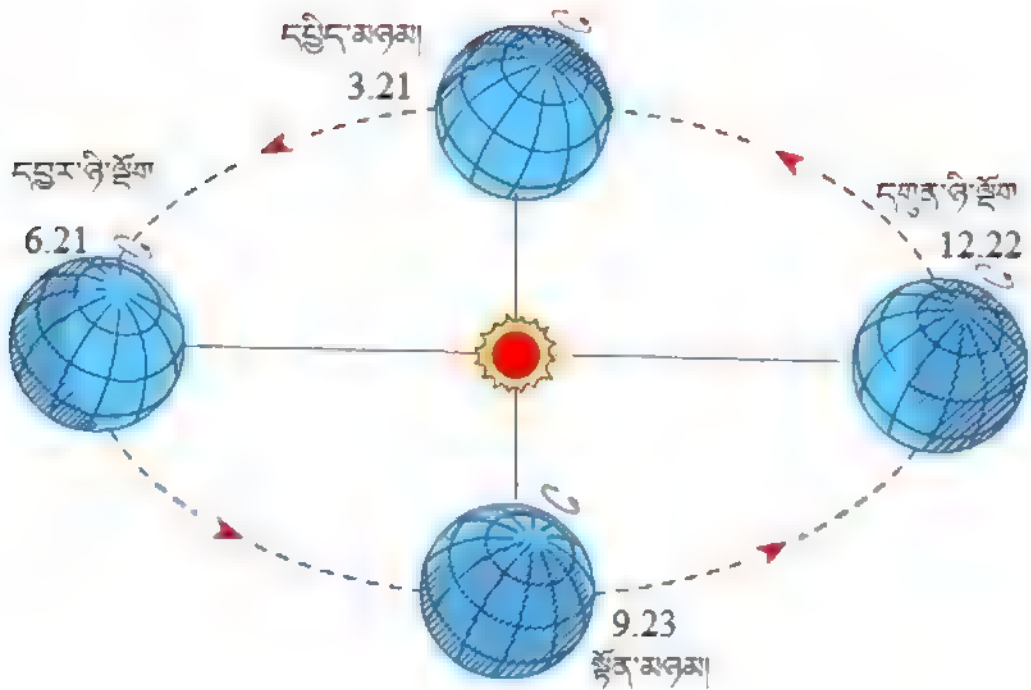


ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་འཇོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་འཇོ་བ་དེ་ལ་རྒྱ་ཆད་རིམ་དང་། འཇོ་བ་དེ་ལ་འཁེལ་རིམ་རྒྱ་རིམ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།			
མྱུང་། ཀྲོ་། ལུ་མོ། ལྷོག་ ལུ་མོ། ཉ་བཅས་འཇོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་དེ་ལ་འཁེལ་བ་ལྷོ་རྒྱ་ཆ་ཆད་རེ་རྒྱུ་ལོ།		ལྷོག་ འཁྱིག་ མེང་གེ་ ཆུང་། ཀྲོ་ལུ་མྱུང་བ་འཇོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་དེ་ལ་འཁེལ་བ་ལྷོ་རྒྱ་ཆ་ཆད་རེ་རྒྱུ་ལོ།	
མཉམ་པའི་	ས་རྒྱུད་ ༩༦༠	ཁྱིམ་རེའི་འབྲུང་ལྷོ་	མཉམ་པའི་
ཁྱིམ་བྱུག་ཏུ་	ལྷོ་རྒྱུད་ ༩༦༠	རྒྱུང་བཞེས་པ་པས་	ཁྱིམ་བྱུག་ཏུ་
འབྲུང་བ་ཟད་	མེ་རྒྱུད་ ༩༦༠	1,800དང་། ཁྱིམ་	འབྲུང་བ་
རིམ་ཏུ་རྒྱུད་རྒྱ་	རྒྱུད་རྒྱུད་ ༩༦༠	བྱུག་གི་རྒྱུང་བཞེས་པ་	འཁེལ་རིམ་ཏུ་
པ།	མཉམ་པ་རྒྱུད་ ༩༦༠	པས་ 10,800རྒྱ།	རྒྱུང་རྒྱུ་པ།





- ༡ དབྱ་མའི་ཆ་བཤད་པ། (1) ཅུས་སྒྲོར་ལ་རྒྱ་བའི་ཆ་ཤས།
 དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་བཤད་པ། །
 ཅུག་བརྒྱ་བརྒྱན་རྩ་ཆ་ལྟ་ཡིན། །
 འཕོ་བ་ལྟ་བུ་ཅུག་བཞི་ཆ། །
 དབྱུག་གུ་བརྩ་གཅིག་བཞི་ཆ་རྟེ། །
 མདོར་ན་དབྱུགས་གཅིག་སོ་གཉིས་ཆ། །
 བསགས་པས་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ཡིན། །



འོ་ན་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་རྩུ་བའི་དབྱགས་ཉི་ཁྱིཾ་རྩུ་བའི་ནང་
 ཏུ་ཡེ་ཤེས་ཁྱིཾ་རྩུ་བའི་ཅམ་འདྲེས་ཡོད་ཅེ་ན། ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་ཡེ་རྩུ་བའི་དབྱགས་
 བདུན་བཅུ་ཙུ་ལྔ་ (675) ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འཕོ་ཆེན་རེའི་མཐར་ལྔ་བཅུ་དབྱགས་
 དང་བཞི་ཆ་གཅིག་ (56.25) རྩུ་བ་དང་། དབྱགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཕོར་གཅིག་སྟེ་
 འབྲུང་བ་ལྔ་འུ་རྩུ་བའི་དབྱགས་ཏུ་རེ། རྩུ་བའི་ཡུན་ལ་ཡེ་རྩུ་བའི་དབྱགས་དང་
 བཞི་ཆ་གཅིག་ (11.25) རྩུ། མདོར་ན་དབྱགས་གཅིག་ཆ་སོ་གཉིས་སུ་བཤོས་པའི་
 ཆ་རྣམས་བསགས་པས་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། འདི་དང་ཏུས་རྩུ་ཆོད་འཕོར་ལོ་
 དང་སྒྱུར་ན། ཉིན་ཞག་གཅིག་སྟེ་རྩུ་ཆོད་ཉེར་བཞི་ལ་ཡེ་རྩུ་བའི་དབྱགས་དང་དོན་ལྔ་རྩུ་
 བ་དང་། རྩུ་ཆོད་རེ་ལ་ཡེ་རྩུ་བའི་དབྱགས་དང་བཞི་ཆ་གཅིག་ (28.25) རྩུ་བའོ། །

(2) ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་གི་བྱེད་ལས།

དེ་ཡང་བྱེད་ནི་ཕྱིར་རྒྱུ་ལ། །
 བྱེད་ནི་དབུ་མར་རྒྱུ་བས་འཕེལ། །
 འདི་ནི་གཟའ་ཀུན་རྒྱུ་པ་ཏྟེ། །
 ཕྱིར་འགྲོ་འཕེལ་བས་འཆི་ལྟས་ཡིན། །
 བྱང་རུ་ཟེན་ན་འཆི་མེད་འགྲུབ། །
 ལོ་བརྒྱའི་རྒྱུ་བ་སྟོམས་པས་ན། །
 ལོ་གསུམ་རྒྱ་བ་བྱེད་དང་གཉིས། །
 ཞག་སོགས་ཤོལ་དང་འཕེལ་འགྲིབ་རྣམས། །
 འདི་དོན་རྟོགས་པས་མ་ཞོར་འཆར། །

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་དེ་ཡང་བྱེད་ནི་ཕྱིར་རྒྱུ་བས་སྟོག་ཟད་པར་བྱེད་ལ། བྱེད་ནི་བྱང་
 རུ་དབུ་མར་རྒྱུ་བས་སྟོག་དང་ཡེ་ཤེས་འཕེལ་བར་བྱེད། འདི་ནི་གཟའ་ལྟ་དང་།
 གཟའི་གཙོ་བོ་ཉི་རྒྱ་གཉིས། མཐུག་རིང་། རྒྱ་གཅན་བཅས་གཟའ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་
 པའི་དག་པ་འདི་ལས་འབྱུང་ཏྟེ། བྱང་རུ་སྒྲ་བྱུག་གཉིས་དང་དབང་པོའི་སྟོ་དང་།
 སྟེ་གཅུག་དང་། རྒྱར་སེལ་ལ་སོགས་ལ་སོགས་པ་རྒྱུང་རྒྱུ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་
 ཡིན། ཕྱིར་འགྲོ་བ་འཕེལ་བས་འཆི་ལྟས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། བྱང་རུ་ཟེན་ན་འཆི་མེད་
 རྟོ་རྟེན་སྐྱེ་འགྲུབ་ཅིང་། ལོ་བརྒྱའི་དབུ་མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་བསྟོམས་པས་
 ལོ་གསུམ་དང་། རྒྱ་བ་གཅིག་ཞག་བཙོ་ལྟ་ཡོད། འདི་ལ་ལོ་གསུམ་རྒྱ་གསུམ་ཞེས་
 འབོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡང་བོད་ལུགས་ཆོས་ཞག་གི་ལུགས་དང་བརྒྱན་ན་ལོ་གསུམ་
 དང་རྒྱ་བ་གཉིས་ཞག་གཉིས་ལྟ་གཅིག་གི་རུས་ཡིན་པས་དེ་ལ་རྒྱ་རོ་གསུམ་ཞེས་
 ཟེར། ཞག་ཤོལ་དང་རྒྱ་ཤོལ། རྒྱ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་རྣམ་བཞག་རྣམས་དབུ་མ་
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་གི་གནས་ལུགས་ཤེས་ན་ཞོར་བ་མེད་པ་འཆར་རོ། །

གསུམ། རྒྱུང་ནི་ལྟར་རྒྱུ་བ་བཤད་པ།

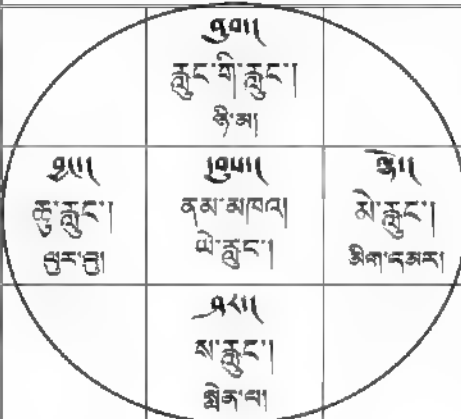
༡ སྟེའི་སྟོགས་སོ་སོའི་རྒྱུང་།

རྒྱ་རིམ་ཁ་དོག་སྟོབས་ཡོན་ཏན། །

དང་པོ་སྣ་ཡི་ཀ་བ་ནི།
 བྱང་སྟེ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ཡིན་ལ།
 སྤྱི་རོལ་གཉིས་ནི་མེ་རུ་འདོད།
 རྟེན་གཉིས་རྒྱུ་སྟེ་འོག་གཉིས་ས།
 དབུས་ནི་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཡིན།

རྒྱུ་རྒྱ་བའི་རིམ་པ་དང་། རྒྱུ་གི་ཁ་དོག་ རྒྱུ་གི་སྟོབས་ནམས་རིམ་པར་
 བཤད་པ་ལ། དང་པོ་སྣ་བྱུག་གི་ཀ་བའི་སྟོགས་ནི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀའི་བྱང་
 སྟོགས་ཡིན་པས་དེར་རྒྱ་རྒྱུ་བ་དང་། སྤྱི་སྤྱི་རོལ་གཤོག་པ་གཉིས་ནི་མེ་རྒྱུ་
 རྒྱ་བ། རྟེན་སྟོགས་གཉིས་ནི་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་རྒྱ་བ། འོག་གཉིས་ནི་ས་རྒྱུ་རྒྱ་བ།
 དབུས་ནམ་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ། །དེ་ཡང་སྣ་བྱུག་གི་ཀ་བའི་སྟོགས་
 ནི་སྟོགས་གཉིས་ཀའི་བྱང་སྟོགས་ཡིན་ཏེ། སྣ་བྱུག་གཡས་པའི་རྒྱུ་དེ་སྤྱིར་འབྱུང་
 བའི་ཚོས་དང་། གཡོན་པའི་རྒྱུ་ནི་ནང་རུ་འཁྱུག་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

སྣ་བྱུག་གི་སྟོགས་ལོ་མོའི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གི་ཁམས་རྒྱ་བའི་རེའུ་མིག་

སྣ་བྱུག་གཡོན་འབྱུང་བ་འཕེལ་རིམ་རུ་ རྒྱ་བའི་རྒྱུ་			རྒྱ་ བྱུག་གི་ ཀ་ བ	སྣ་བྱུག་གཡས་འབྱུང་བ་ཟད་རིམ་རུ་ རྒྱ་བའི་རྒྱུ་		
						

འདིར་སྣ་བྱུག་གཡོན་པའི་དབུས་སུ་སྣ་གཅན་གྱི་རྒྱུ་དང་། གཡས་པའི་དབུས་སུ་རུས་མའི་
 ཁམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་བཤད་པའང་སྤྲོད།

༢ རྒྱང་གི་ཁ་དོག་དང་རྒྱས་སྟོབས།

ཁ་དོག་ས་ཆུ་མེ་རྒྱང་མཁའ། །

མེར་དཀར་དམར་ནག་སྟོ་བར་འདོད། །

འདི་དག་སྟོབས་ནི་གཡས་པ་རྣམས། །

སྟེན་སྤར་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མ་མེ། །

ས་སོགས་རིམ་པས་གཡོན་པ་རྣམས། །

སྤྲ་གཅན་ཟླ་བ་གཟའ་ལྷག་དང་། །

པ་སངས་མཚུག་རིང་མཁའ་རིམ་བཞིན། །

རྒྱང་དེ་དག་གི་ཁ་དོག་ནི། ས་མེར་པོ། ཆུ་དཀར་པོ། མེ་དམར་པོ། རྒྱང་ནག་
པོ་འཕ་སྟོན་པོ་བཅས་སོ། རྒྱང་དེ་དག་གི་སྟོབས་ནི། གཟའ་ཁམས་དང་སྤར་ན་
རྒྱང་གང་ལ་སྟོབས་དང་རྒྱས་པ་གང་ཡོད་གསལ་སྟེ། དེ་ཡང་གཡས་པ་འདི་དགྱིལ་
འཁོར་ལྷ་ལ་དྲག་གཟའ་ལྷ་སྤྲད་རིམ་རྒྱ་རྒྱ་བར། འོག་ས་རྒྱང་སྟེན་པ། རྒྱ་རྒྱང་
སྤར་བ། མེ་རྒྱང་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མིག་དམར། རྒྱང་གི་རྒྱང་ཉི་མ། བམ་མཁའ་འི་རྒྱང་
རྒྱས་མེ་རྣམས་དང་། གཡོན་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཞི་གཟའ་ལྷ་འཕེལ་རིམ་རྒྱ་རྒྱ་
བར། དབུས་སུ་ནམ་མཁའ་འི་རྒྱང་སྤྲ་གཅན། རྒྱང་གི་རྒྱང་ལ་ཟླ་བ། མེ་འི་རྒྱང་ལ་
ལྷག་པ། ས་རྒྱང་ལ་མཚུག་རིང་། རྒྱ་རྒྱང་ལ་པ་སངས་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་
གནས་པ་ཡིན་ནོ། །

༣ རྒྱང་སོ་སོས་ལས་གང་བྱེད་པ།

སྤར་པོ་ཁམས་སོགས་དེ་མཐུན་ཕྱིར། །

ནམ་མཁས་བསད་གསོའི་ལས་ཀྱན་འགྲུབ། །

རྒྱང་གིས་བསྐྱད་དང་བསད་པ་སྟེ། །

དབང་དང་དགྲག་པ་མེ་ཡིས་བྱེད། །

རྒྱས་ནི་ནི་དང་རྒྱས་པ་ལོ། །

རིངས་དང་ཚྱངས་པ་ས་ཡི་ལས། །

ཡི་ཤེས་ལས་ནི་ཐམས་ཅད་པ། །

ཐུན་མཚམས་མཉམ་དུ་རྒྱ་དུས་སོ། །

འོ་ན་རྒྱུ་དེ་དག་གི་ལས་གང་འབྱུང་ཞེ་ན། སྤང་ཁམས་སོགས་ནང་གི་འབྱུང་བའི་ཁམས་དང། སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་དོན་དངོས་རྣམས་འབྱུང་བའི་ཁམས་མཐུན་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ལ་དབང་འགྱུར་བའི་རྣལ་འགྱུར་པས་སྤྱི་རོལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་དང་བཟུན་ཏེ་ནང་དུ་བརྟུབས་ཤིང་། རྣམ་མཁའི་རྒྱུ་དགྱིལ་དུ་རྒྱས་བཏབ་སྟེ་བཞིམ་ན་ཚཱ་རྒྱན་བསད་པ་དང་། འཆི་བ་གསོ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་པ་དང་། རྒྱུ་གི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བཞིམ་ན་བགེགས་བསྐྱད་པ་དང་དག་བསད་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་འབྱུང་པ། མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བཞིམ་ན་དབང་དུ་སྟུང་པ་དང་འབྱུག་པའི་ལས་ཐམས་འབྱུང་པ། རྒྱུ་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བཞིམ་ན་ནང་གཏོན་ཞི་བ་དང་། ཚེ་བསོད་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་པ། སའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བཞིམ་ན། ཚཱ་རྒྱན་ལ་སོགས་ཚོངས་པ་དང་རིངས་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་པ་ཅིང་། ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་ནི་འཕོ་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མཚམས་མཉམ་དུ་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་པར་བྱེད་དོ། །

༥ རྒྱུ་སྤྱི་རོལ་དུ་འགོ་བའི་ཆ་ད།

སྤྱི་རོལ་ས་ནི་སོར་བརྟུ་གཉིས། །

རྒྱ་མེ་རྒྱུ་མཁའ་བརྟུ་དུག་བར། །

ཡོན་ཏན་དབང་གིས་རིམ་བཞིན་རིང་། །

རྟེན་འབྲེལ་རྩིས་དང་དབྱངས་སྒྱུར་བ། །

ཁོ་བོས་རྩིས་ཀྱན་བརྟུས་པར་བཤད། །

རྒྱུ་སྤྱི་རོལ་དུ་རྒྱ་བའི་ཆོ་ཆ་དེ་ཅི་ཅམ་རྒྱ་ཞེ་ན། ས་རྒྱུ་རྣ་སྟོན་སྤྱི་རོལ་དུ་སོར་བརྟུ་གཉིས་སུ་འགོ་ཞིང་། རྒྱ་རྒྱུ་སོར་བརྟུ་གཉིས་མ། མེ་རྒྱུ་སོར་བརྟུ་བཞི། རྒྱུ་གི་རྒྱུ་སོར་བཅོ་ལྔ། རྣམ་མཁའི་རྒྱུ་སོར་བརྟུ་དུག་གི་བར་དུ་འགོ་སྟེ། དེ་དག་ཡང་ས་ཡོན་ཏན་ལྔ་ལྔ་ན་ཡིན་པའི་དབང་གི་སྟེ་བ། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་རིམ་བས་ཡང་ཞིང་རིང་དུ་འགོ་བ་ཡིན་ལ། སྤྱི་རོལ་གྱི་དུས་སྒྱུར་རྟེན་འབྲེལ་བརྟུ་གཉིས་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། ནང་གི་དུས་སྒྱུར་བརྟུ་གཉིས་པ་

ཆོས་མཚུངས་པ་ཡིན་པས་ན་དག་བ་དང་། མི་དག་བའི་སྐྱོར་ལ་དྲི་བ་བྱེད་མཁན་
 བྱང་ཆོ། གཡས་གྱི་རུས་སྦྱོར་ལ་བྱང་ན་མི་དག་ཞིང་། གཡོན་གྱི་རུས་སྦྱོར་ལ་བྱང་
 ན་དག་བར་ལུང་བསྟན། ཡང་རུས་སྦྱོར་དེའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་། སྤྱི་རོལ་གྱི་
 དབྱངས་འཆར་གཉིས་མཚུངས་པ་ཡིན་པས་ན་གཡུལ་ལ་སོགས་པའི་ཆོ། གཡས་
 གྱི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་འཁོར་འབབ་པའི་ཆོ་གཡུལ་རུ་ཞུགས་ན་དམག་དཔོན་འཆི་
 བ་དང་། གཡོན་གྱི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་འཁོར་འབབ་པའི་ཆོ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་
 འཕྱར་བ་སོགས་ཡིན་ཏེ། ཞིབ་པར་ཁོ་བོ་ཞེས་ཀླུ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྩེ་ཁོང་རང་
 ཉིད་གྱིས་བཅུམས་པའི། ཅིས་གཞུང་ཅིས་ཀུན་བཟུས་པར་བཤད་ཡོད་པས་དེར་
 བཟུ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཞི། རྒྱུད་པན་ཚུན་དགོངས་པ་མི་འགལ་བར་བསྟན་པ།

༡ དོ་རྩེ་བཞིའི་རྒྱང་སོགས་བསྟན་པ།

འདི་ནི་དོ་རྩེ་ཕྱིར་བ་ལས། །

སྤྱི་ལྷ་གཡས་བྱང་ཞིང་། །

རྒྱང་ལྷ་ཕྱིར་རུ་ཡང་དག་རྒྱ། །

གཡོན་པ་གཡས་དང་གཉིས་ཀ་དང་། །

དལ་བ་རྒྱ་བ་ནམ་པ་བཞི། །

དེ་ཡང་རུས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལས། ཞག་གཅིག་གི་རྒྱང་ཉི་ཤི་ཆིག་སྟོང་རུག་བརྒྱ་
 ལ་རུས་སྦྱོར་བརྒྱ་གཉིས་སུ་བཤད་ཅིང་། གསང་འདུས་སུ་མགོན་པོ་བཞིའི་རྒྱ་བ་
 དང་རྒྱར་ནས་བཤད་དེ། ཕྱིར་རུ་སྤྱི་ལྷ་གཡས་བྱང་བའི་རྒྱང་ལྷ་ཡང་དག་པར་
 རྒྱ་བ་ལས། གཡོན་པ་ཁོ་ན་དང་། གཡས་པ་ཁོ་ན། གཉིས་ཀ་ནས་རུག་ཏུ་རྒྱ་བ།
 གཉིས་ཀ་ནས་དལ་བར་རྒྱ་བ་སྟེ་ནམ་པ་བཞི་ལ་མགོན་པོ་བཞིར་བཤད་དོ། །

གཡས་པ་ནས་ན་འབྱུང་བའི་ཁམས། །

མི་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །

ཁ་དོག་དམར་པོ་བཟང་པོ་འདི། །

བསྐྱའི་མགོན་པོ་རྒྱ་བའོ། །

དེ་ཡང་སྣ་བྱག་གཡས་པ་ལས་འབྱུང་བ་མེད་ཁམས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལྟེ་བདག་
 ཉིད་ཅན། ཁ་དོག་དམར་པོ་དབང་འགྲུག་ལ་སོགས་པའི་ལས་འགྲུབ་པར་བྱེད་
 པས་ན་བཟང་པོ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་པརླ་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རིགས་པརླ་
 མཐར་བྱེད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ནམ། གསུང་རྩོམ་རྩེ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཡི་ངོ་བོར་གྱུར་
 པའི་རྒྱུ་རྒྱ་བཤོ། །

གཡོན་པ་ནས་ནི་འབྱུང་བའི་ཁམས། །

རྒྱུ་གི་དགྱིལ་འཁོར་དང་འབྲེས་པ། །

ལས་ཀྱི་མགོན་པོ་རྒྱ་བཤོ། །

སྣ་བྱག་གཡོན་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱུ་གི་ཁམས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལྟེ་ལྷན་ཁ་དོག་ལྷང་
 སེར་ནི་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ལས་འགྲུབ་པར་བྱེད་པར། ལས་ཀྱི་མགོན་པོ་དོན་ཡོད་
 གྲུབ་པའི་རྒྱུ་རྒྱ་སྣ་རྩོམ་རྩེ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཡི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་རྒྱུ་རྒྱ་བཤོ། །

གཉིས་ཀ་ནས་ནི་འབྱུང་བའི་ཁམས། །

རིན་ཆེན་མགོན་པོ་རྒྱ་བཤོ། །

སྣ་བྱག་གཉིས་ཀ་ནས་དྲག་ཏུ་རྒྱུ་བའི་རྒྱུ་ནི། དབང་ཆེན་སྟེ་སའི་ཁམས་ཀྱི་
 དགྱིལ་འཁོར་ལྟེ་བདག་ཉིད་ཁ་དོག་གསེར་མདོག་རྒྱས་པའི་ལས་འགྲུབ་པས་ན་
 རིན་ཆེན་མགོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་ཡི་ངོ་བོར་གྱུར་རྒྱུ་བཤོ། །

དལ་ཁིང་རྒྱ་བ་མེད་པའི་ཁམས། །

དག་པའི་ཤེལ་ལྷར་སྤང་བ་ནི། །

འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཉི། །

རྩོམ་མགོན་པོ་རྒྱ་བཤོ། །

དལ་ཁིང་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་ཡོན་པོར་རྒྱ་བ་མེད་པའི་ཁམས་ཁ་དོག་དག་པ་ཤེལ་
 ལྷར་སྤང་བ། འབྱུང་བ་རྒྱུ་ཁམས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཅན། ཞི་བའི་ལས་འགྲུབ་པ།
 རྩོམ་མགོན་པོ་སོགས་ལྷགས་རྩོམ་རྩེ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཡི་ངོ་བོར་གྱུར་རྒྱུ་བཤོ། །

ཁམས་ཀྱན་ལས་ནི་ཡང་དག་རྒྱ། །

ཉིན་དང་བཞིན་པས་གཟུང་བ་ནི། །

ནམ་པར་སྤང་མཛད་རང་བཞིན་ཏེ། །

འཆི་བའི་མཐར་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

ས་སོགས་འབྱུང་བ་བཞི་པོའི་ཁམས་ཀྱན་ལས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་ཞིང་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁྱབ་བྱེད་ཏུ་གནས་པར། རྟེན་འོད་གསལ་དང་བརྟེན་པ་ཀྱན་གཞིའི་ནམ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་གཟུང་བའི། རྟེན་མངས་ཅན་ཡིད་དེ་སྲོག་རྒྱུད་ནི། ནམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟེ། འདིའི་ཆ་ཤས་དཀྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་དང་འདྲེས་ནས་རྟག་པར་རྒྱ་ཡང་། འདི་འབའ་ཞིག་པ་ནི་འཆི་བའི་རྟེན་ཞག་གི་མཐར་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

༡ རྒྱུད་གཞན་དང་མི་འགལ་བར་བསྟན་པ།

དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི། །

མཉམ་པར་བཞག་པས་རྟག་ཏུ་ལྷོས། །

ཞེས་གསུངས་དོན་ནི་བཞུས་པ་ཡི། །

དག་པ་བསྟན་ཏེ་གོང་མ་དང་། །

འགལ་བའི་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་མི་བྱ། །

དེ་ལྟར་དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་པོ་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ནི་སྲོག་ཚལ་གྱི་ནལ་འཁྱོར་པས་རྡོ་རྗེ་བཞི་དང་སྒྱུར་ནས་སྟེ་རོ་བོར་མཉམ་པར་བཞག་པས། རྒྱུད་འབྱུང་འདུག་གནས་གསུམ་ཐམས་ཅད་རྡོ་རྗེ་བཞིའི་སྒྲགས་དང་སྒྱུར་ནས་ལྷོས་ཤིག །རྡོ་རྗེ་བཞི་ནི། བརྒྱ་མགོན་པོ་གསུང་རྡོ་རྗེ་བཞུས་པ། ལས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྐུ་རྡོ་རྗེ། རིན་ཆེན་མགོན་པོ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ། རྡོ་རྗེ་མགོན་པོ་བྲགས་རྡོ་རྗེའི་བཞུས་པ་བཅས་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ནི། བཤད་རྒྱུད་རྡོ་རྗེ་ཕྱིང་བ་ལས་གསུང་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ལམ་ཏུ་ནལ་འཁྱོར་པས། རྡོ་རྗེའི་བཞུས་པ་བྱ་བའི་གཞིར་མགོན་པོ་བཞི་དང་དག་པ་སྒྱུར་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་པས་ན། གོང་ཏུ་རུས་འཁོར་ལས་བཤད་པ་དང་འགལ་བར་དོག་པའི་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པར་མི་བྱ་སྟེ། རུས་འཁོར་ལས་བཤད་པ་ནི་གཞིའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུད་གི་གནས་ལྷགས་ཡིན་པ་དང་། འདིར་བསྟན་པ་ནི་ནལ་འཁྱོར་པས་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་རྒྱུད་སྒྱུངས་ཤིང་བཞུས་

པའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེ་ལྟར་རྒྱུ་ནི་སྣ་ཅེས་ནི། །
 ཁ་དོག་ལུ་པར་ནམ་པར་སྒྲུལ། །
 རྒྱལ་ས་བཞུགས་པ་ཡི་གྲངས་ཀྱིས་ནི། །
 ཉིན་མཚན་རྣམས་ཏུ་རྒྱོས་ཤིས་བཤད། །

མགོན་པོ་བཞིའི་རྒྱུ་སོ་སོར་རྒྱུ་པའི་སྐབས་སུ་དོ་རྩེའི་བཞུགས་པ་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་
 བ། རྒྱུར་བཏང་ལའོར་ལོ་བཞིའི་རྩ་འདབ་ཀྱི་ཉེ་བར། ཁམས་སོ་སོའི་དགེལ་
 ལའོར་ཁ་དོག་ལུ་པར་བསྒྲུལ་ཤིང་། ལྷ་གང་བསྒྲུལ་པ་དེའི་རོ་བོར་དམིགས་ནས་
 རྒྱལ་ས་བཞུགས་དགོས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་རྒྱུ་སྣ་ཅེས་འདྲོ་བ་ནམས་ཀྱང་ལྷ་
 དེ་དག་གི་རོ་བོ་ཁ་དོག་ལུ་པར་བསྒྲུལ་ཤིང་། ལྷ་དེ་ནམས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་བཞུགས་པའི་
 གྲངས་ཀྱིས། ཉིན་མཚན་རྣམས་ཏུ་དོ་རྩེ་བཞི་དང་རྒྱུར་ནས་རྒྱོས་ཤིག ཅེས་པ་དེ་
 ཡང་མགོན་པོར་གསུང་དོ་རྩེ། དཔལ་བར་སྐྱོད་དོ་རྩེ། ཉེ་བར་ཡེ་ཤིས་དོ་རྩེ། རྒྱུར་
 གར་ཐུགས་དོ་རྩེའི་བཞུགས་པར་གསུངས།

ཨ་བཅད་བཞི་པ། འབྲུག་སྒོ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།

གཅིག །རྒྱུ་འཇུག་པའི་སྒོ།
 འཇུག་སྒོ་ཉིང་ནས་བྱ་ག་གཉིས། །
 ཁ་དང་འོག་ཏུ་ལམ་གསུམ་དང་། །
 ལུས་ཀྱན་ཡིན་ཏེ་ནམ་པ་བཞི། །

དེ་ཡང་རྒྱུ་འཇུག་སྒོ་བཞི་ནི་ཉིང་སྒོ་གཉིས་ཏེ་སྣ་བྱག་དང་ཁ་གཉིས། གསུམ་
 པ་འོག་སྒོ་ཉིང་ཐུར་སེལ་གྱི་སྒོ། བཞི་པ་ལུས་ཀྱི་པ་སྐྱའི་སྒོ་ཀྱན་བཅས་སོ། །དེ་ཡང་
 ལྷ་ནས་མེ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་གཉིས་འཇུག་ཅིང་། ཁ་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་། འོག་ཏུ་རྩ་
 གསུམ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་ཐུར་སེལ་གྱི་སྒོར་ས་རྒྱུ་། ལུས་ཀྱན་གྱི་སྒོ་ནས་ནམ་
 མཁའི་རྒྱུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། རྩེ་མར་པས། རྩི་སྒོ་གཉིས་ནི་ཉིང་ནས་བསྒྲུལ། བང་
 གི་སྒོ་གཉིས་འོག་ནས་བསྒྲུལ། མཚོད་ཁང་ནི་དབུས་ནས་བསྒྲུལ། ཞེས་གསུངས། །

གཉིས། རྒྱུད་བརྒྱུད་ཐབས།

༡ བགྲང་ཞིང་བཙི་བ་ལ་བསྐྱབ་པ།

གཟུང་ཐབས་དབྱུང་རྩལ་གནས་ལྡན་དང་།

དག་པ་བགྲང་ཞིང་ཙི་བ་སྟེ།

རྒྱུད་ཐོག་མར་སྦྱོང་མཁན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟས་གནད་
བཅས་ཤིང་སེམས་རྣལ་ཏུ་གནས་པར་བྱས་ནས། དབྱུགས་དབྱུང་རྩལ་གཅིག་ནས་
ཁྱེད་གཅིག་ཙམ་གྱི་བར་ཏུ་བགྲང་སྟེ་སེམས་འཛིན་པ་དང་། གནས་ལྡན་སྟེ་རྩ་
གནས་ཐམས་ཅད་ཏུ་རྒྱུད་གནས་པ་དང་། འགྲོ་ལྡན་བྱེད་པ་ལ་སེམས་བརྒྱུད་ནས་
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འཛིན་པ་དང་། ཡོངས་དག་པ་སྟེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་
ངང་ཏུ་སེམས་འཛིན་པ་བཅས་ལ་བགྲང་བཙི་བ་བཅས་བྱ་དགོས་སོ།

༢ མི་རྟོག་རྒྱ་ཡན་ཏུ་འཆིངས་པ།

མི་རྟོག་རྒྱ་ཡན་བཅིང་བ་ནི།

ཞི་གནས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན།

སེམས་དང་སེམས་ཀྱི་རྟོན་རྒྱུད་གཉིས་ཀ་རང་སར་ལྷག་པར་བཞག་པ་ལས་
སེམས་ཞི་གནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

༣ དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ལ་བརྒྱུད་པ།

ཁ་དོག་དབྱིབས་ལ་རྣམ་པར་སྦྱངས།

མངོན་ཤེས་ཟད་པར་བྱུང་བའི་རྒྱ།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྗེའི་ཁ་དོག་ལ་སེམས་བརྒྱུད་སྟེ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་གསལ་
སྤང་འཆར་ལ། དེ་ནས་ས་ལ་སོགས་པ་དང་བསྐྱེས་ནས་བསྐྱོམ་པ་ལས་ཟད་པར་
ས་ལ་སོགས་པ་འཆར་བ་དང་། དབྱིབས་ལ་སེམས་བརྒྱུད་བ་ནི། རྟིང་གར་ཀྱན་
གཞིའི་ལྷ་བ་དྲི་མ་མེད་པ་ལྟ་བུར་དམིགས་ནས་བསྐྱོམ་པས་གསལ་སྤང་འཆར་ལ།
དེ་ནས་གཞན་གྱི་སེམས་དང་བསྐྱེས་ནས། བསྐྱོམ་པས་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་
མངོན་ཤེས་འཆར་བ་ཡིན་ནོ།

༤ རྒྱུ་བྱམ་ཅན་བཟུང་བ་ནི།

བྱམ་ཅན་སྤྱིང་འོག་བར་གསུམ་དང་། །

ནམ་གྲོལ་བཅས་པ་ལས་ཀྱན་བྱེད། །

རྒྱུ་བྱམ་ཅན་བཟུང་བ་ནི། དེ་ཡང་སྤྱིང་གི་སྒྲིག་ཚུལ་འཆིང་བའི་གནས་སྟེ་བ་
དང་། འོག་གི་སྤྱར་སེལ་འཆིང་བའི་གནས་གསང་གནས་དང་། བར་དུ་རྒྱུ་
གཉིས་རྩ་མཉམ་དུ་བྱ་བའི་གནས་སྟེ་ལའོར་ཡིན། རྒྱུ་བྱམ་པ་ཅན་འདི་ལ་ཡང་།
ཀྱི་རྩོ་རྩེ་ལས། དབྱུང་བ་ཡིས་ནི་ལྷུང་བར་བྱེད། །རྩལ་པ་ཡིས་ནི་དབང་དུ་
བྱེད། །དགང་པ་ཡིས་ནི་གྲག་པར་བྱེད། །གཞིལ་པ་ཡིས་ནི་རེངས་པར་བྱེད། ཅེས་
སོ། །དེ་ལྟའི་བཟུང་ཐབས་དེ་ནམས་ཀྱིས་ཅ་བའི་རྒྱུ་ནམས་བཟུང་ཞིང་། སེང་
གོ་ནམ་གྲོལ་གྱིས་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ནམས་བཅིངས་པས། མཐར་ཐིན་པ་ན་རྒྱུ་གི་
ལས་ཀྱན་རུང་བར་གྱུར་རོ། །རྒྱུ་འདི་བཟུང་ཐབས་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ། རྒྱུ་བཟུང་བའི་ཕན་ཡོན།

༡ ཉི་ཟླའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད།

ཕན་ཡོན་ནམ་པ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། །

ཉི་ཟླ་སྤྱི་གཅན་གཙོ་བོ་གསུམ། །

དུག་གསུམ་ནམ་རྟོག་འཛིན་པ་དང་། །

རྩོ་རྩེ་ནམ་གསུམ་ཐོབ་བྱེད་ཡིན། །

དེ་ནི་ཉི་མའི་ཡོན་ཏན་གསུངས། །

གཞུགས་སྤྱི་རྩོ་རེག་བྱ་ཡི། །

ཡུལ་ལྔ་དབང་བྱེད་ཟླ་བའི་རྒྱུང་། །

དེ་ནི་གཞུང་འཛིན་དག་བྱེད་ལ། །

དེ་ཡང་རྒྱུ་ནམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་ཟླ་ཉིའི་ཐབས་ཤེས་ཡིན་པས་ན། ཕན་ཡོན་
ཡང་ཟླ་ཉིའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཡིན་པ་ལས། ཐོག་མར་སྤྱིང་དུ་ཉི་ཟླ་སྤྱི་གཅན་གྱི་ཅ་
གསུམ་སྟེ། དབྱུང་རྩོ་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱུ་གསུམ་བཟུང་བའི་ཕན་ཡོན་ནི།
སྤངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དུག་གསུམ་གྱི་ནམ་རྟོག་འཛིན་སྟེ། རྒྱུ་རྒྱུ་མ་ལ་

བཅིངས་པས་འདོད་ཆགས། རོ་མ་ལ་བཅིངས་པས་ཞེ་སྒང་། དབུ་མ་ལ་བཅིངས་
 པས་གཏི་མུག་ནམས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྟོག་པའི་དབང་རུ་བྱས་ན།
 ཁྱུང་མའི་བྱེད་པ་བཅིངས་པས་སྒྲ་དོ་རྗེ། རོ་མས་གསུང་དོ་རྗེ། དབུ་མས་མུགས་
 རོ་རྗེ་སྟེ་དོ་རྗེ་ནམ་གསུམ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཉི་མའི་ཡོན་ཏན་རུ་གསུངས་སོ། །
 འོག་རུ་ཁྱེད་པའི་རྒྱུང་ཐུར་སེལ་བཟུང་བའི་ཡོན་ཏན། གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་ལྟ་
 ལ་དབང་བྱེད་པ་དེ་བཅིངས་པས། སྒྲངས་པའི་དབང་རུ་བྱས་ན་མིག་སྟགས་
 དབང་པོ་ལྟ་གཟུགས་སྟགས། དུལ་ལྟ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུང་འཛིན་དག་པར་བྱེད་
 ལ། རྟོག་པའི་དབང་རུ་བྱས་ན་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཐོབ་པར་བྱེད་དོ། །

༡ གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ།

བརྟན་དང་སྦྱུམ་དང་གསལ་དང་མགྲོགས། །

དག་ཅིང་ཤེས་རབ་ཆེ་ལྡན་པ། །

ས་སྟགས་ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་བཤད། །

ས་རྒྱུང་ཟིན་པས་ལུས་བརྟན་པ་དང་། རྒྱུང་གིས་སྦྱུམ་པ་དང་། མེ་རྒྱུང་གིས་
 མདངས་གསལ་བ་དང་། རྒྱུང་གི་རྒྱུང་གིས་སྦྱོད་པ་ཐུར་ཁིང་མགྲོགས་པ་དང་།
 བཅ་མཁའི་རྒྱུང་གི་དབང་པོ་དག་ཅིང་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ཐུར་
 ས་ལ་སྟགས་རྒྱུང་ལྟ་ལུས་ལ་གནས་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་ལྟ་པ། འཁོར་འདས་རྒྱུང་གི་རང་བཞིན་ཏུ་བཤད་པ།

མདོར་ན་རྒྱུང་ནི་རྟོག་པ་སྟེ། །

གཡོ་དང་སྒྲ་དང་གཞན་བསྐྱེད་བྱེད། །

སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པ། །

རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུང་ཆེན་པོ། །

གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུང་ཆེན་པོ། །

ཡང་དག་རྟོག་པའི་འདུ་བྱེད་བཤད། །

མདོར་ན་རྒྱུང་ནི་ནམ་རྟོག་དང་དོན་གཅིག་སྟེ། སྦྱིར་རྒྱུང་ལ་ནམ་ཤེས་དང་ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་གཉིས་སམ། ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུང་གཉིས་ཡོད་པ་ལས།

ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་ལ་ཡང་། སྤངས་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་མདོར་ན་སྤངས་པའི་རྒྱུ་
ནི་ནམ་རྟོག་ཡིན་ཏེ། གཡོ་བ་དང་། སྤང་བ་དང་། གཞན་ཏུ་བསྐྱོད་པར་བྱེད་པའི་
མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་གཞིའམ་རང་བཞིན་ཏུ་གྱུར་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་
རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེའི་མཚན་གཞི་ནི་སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པ་
དེ་ཡིན། གཞིའི་སྐབས་སུ་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་མ་ཟད། ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་གཉིན་པོ་
ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྟོག་ནི་སྤྱོད་བྱེད་ཡི་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི། ཡང་དག་རྟོག་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ནི་
སྤྱོད་བྱེད་ཏུ་བཤད་དོ། །མདོར་བསྟུས་ན་འདི་ནི་དགོ་པའི་བསམ་པ་ལ་ཟེར།

ཀུན་གཞི་ལ་གནས་ཉོན་ཡིད་ནི།

གཏི་མུག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ཏུ་བཤད།

འདུ་བྱེད་ཡི་ཤེས་སྤང་འཆར་ལ།

གཞན་རྟོག་ཆགས་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ།

ནམ་ཤེས་སྤང་དོར་དཔྱོད་པའི་རྒྱུ་།

ཞེ་སྤང་རྒྱུ་ཉི་དེས་བསྐྱེད་ནས།

འདོད་ཆངས་དང་། ཞེས་སྤང་དང་། གཏི་མུག་གསུམ་མཁ། ཡང་དག་པ་མ་
ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ཏུ་གསུམ་པོ་ཡང་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་གཏི་མུག་རྒྱུ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཚན། ཀུན་གཞི་ལ་གནས་པའི་བདུན་པ་ཉོན་ཡིད་ནི་གཏི་མུག་བསྐྱེད་
པའི་རྒྱུ་ཏུ་བཤད་དེ། བདག་མེད་ལ་བདག་ཏུ་རྟོག་པས་ཆོངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །
གཉིས་པ་འདོད་ཆགས་རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན། ཆོགས་དུག་དང་འབྲེལ་བའི་
འདུ་བྱེད་པའི་ཡུལ་ནི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་སྤང་ཆ་ལས་གཞན་ཏུ་མེད་ཀྱང་། དེ་ལ་གཞན་
ཏུ་རྟོག་པ་ནི་འདོད་ཆགས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟེན་ལེན་གྱི་དབང་གིས་
ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ཞེ་སྤང་རྒྱུ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཚན། ནམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་གི་རང་སྤང་ལ་དོན་གཞན་ཏུ་རྟོག་པས་
སྤང་དོར་ཏུ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་དེ་ལ་ཞེ་སྤང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡུལ་ཡིད་ཏུ་
མི་འོང་བ་དོར་བ་སོགས་སྤང་དོར་གྱིས་གཞན་ལ་སྤང་བ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱུ་དེ་གསུམ་གྱིས་འབྲུལ་ནས་ཁམས་གསུམ་དུ་འཁོར་བ་ཡིན་ལ། འབྲུལ་པ་དེ་
རྒྱུ་གཙོ་དེ་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་བདག་མེད་པར་ལྟ་བ་
སོགས་ཀྱང་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མདོར་ན་ལས་རྒྱུ་
ཞེས་པ་ནི་རྟོག་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བདེ་
གསལ་མི་རྟོག་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཚུལ། མི་བསྐྱེད་རྗེ་རྗེས་མཛད་པའི་རྒྱུ་སེམས་
དབྱེར་མེད་སོགས་སུ་གསལ།

ཁམས་གསུམ་རྒྱུ་གིས་འདུ་བྱེད་ཅས། །

གསུངས་པས་སྒྱུ་དང་ཡོན་ཏན་ཀྱན། །

རྒྱུ་བརྟེན་དེ་ལྟར་རྟོགས་བྱས་ནས། །

རྒྱུ་གི་སྒྱུར་ཤེས་པ་རོལ་འགོ། །

རྒྱུ་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་བྱེད་ལ། །

དེ་གཙོ་བྱེད་པའང་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །

དེས་ན་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ནི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིན་རྒྱུ་ཡིན་ལ། དེས་
ཁམས་གསུམ་བསྐྱེད་པས་ན། ཁམས་གསུམ་རྒྱུ་གི་འདུ་བྱེད་ཅས་གསུངས་ཤིང་།
མདོར་ན་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྒྱུ་དང་། ཡོན་ཏན་ཀྱན་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་
ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་རྟོག་པར་བྱས་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གི་སྒྱུར་བ་ཤེས་པ་ལས་འཁོར་
བའི་པ་རོལ་དུ་འགོ་ཞིང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གི་འཁོར་བར་འཁོར་བར་བྱེད་ལ།
རྒྱུ་སྒྱུར་པའམ་ལས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུ་བཅིངས་ན། འཁོར་བའི་རྒྱུ་དེ་གཙོ་དེ་པར་
བྱེད་པའི་གཉེན་པོའང་རྒྱུ་འདིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

ཕྱི་ནང་རྒྱུ་མིང་བྱེད་ལས་ཀྱན། །

རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུ་ལས་གསུངས་པ། །

འདིར་ནི་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན། །

ལུས་ཕྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། མིང་དང་། བྱེད་ལས་ཐམས་
ཅད་རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུ་རྣམས་སུ་རྒྱས་པར་གསུངས་པའི་དོན་རྣམས། འདིར་
རྒྱལ་འབྱུར་པ་ལ་ཉེ་མཁོ་རྣམས་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུ་ལྷ་པ།

ཐིག་ལེ་གསུམ་བཤད་པའི་འགྲེལ་པ།

ས་བཅད་དང་པོ། ཅ་བ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཐིག་ལེ་བཤད་པ།

དེ་ནས་ཅ་དང་རྒྱང་བཞེན་ནས། །

ཐིག་ལེ་གནས་དང་རྒྱ་ཚུལ་ནི། །

ཅ་བ་སྒྲོས་བྲལ་ཐིག་ལེ་དང་། །

འབྲུལ་པ་མ་རིག་ཐིག་ལེ་དང་། །

དེ་ཡི་གཞེན་པོ་ཐིག་ལེ་གསུམ། །

དེ་ཡང་ཅ་རྒྱང་གཞིས་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་ཐིག་ལེ་གནས་ལུགས་དང་རྒྱ་བའི་
ཚུལ་ལ་སོགས་པ་འཆད་པ་ལ། ཅ་བ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཐིག་ལེ་སེམས་ཉིད་དང་། དེ་
མ་རྟོག་པའི་འབྲུལ་པ་མ་རིག་པའི་ཐིག་ལེ་དང་། མ་རིག་པའི་ཐིག་ལེ་དེ་འཆིངས་
བྱེད་གཞེན་པོ་རྣམས་སྤྲུགས་རྒྱུ་གི་ཐིག་ལེ་ལས། གཞེན་པོ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཐིག་ལེ་སྤེ་
གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི་གཞིའི་རང་བཞིན་ལ་བཤད་པ་དང་། གཞིས་པ་ནི་གཞིའི་
གནས་སྐབས་ལ་བཤད་པ། གསུམ་པ་ནི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་བཤད་ཡིན་ནོ། །

དང་པོར་རང་སེམས་ལྟན་ཅིག་སྒྲུལ། །

རོ་བོ་སྒྲོང་པ་སྒྲོས་བྲལ་ཏེ། །

རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས། །

འགག་མེད་སྤྲུགས་རྗེ་ཅིར་ཡང་འབྱུང། །

དང་པོ་ཅ་བ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཐིག་ལེ་ནི། རོ་བོ་རང་བཞིན་སྤྲུགས་རྗེ་གསུམ་དུ་
ཡོད་པའི་རོ་བོ་རང་གི་སེམས་གདོད་མ་ནས་གསལ་རིག་ལྟན་ཅིག་སྒྲུལ་པ། སྒྲོས་
པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོང་པ་ཆོས་སྤྱོད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་
ནི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་སྤྱོད་ཉིད་རང་སྤྱང་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ཡིན།

ཐུགས་རྗེ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་ཅུལ་འགག་པ་མེད་པ་ཅི་ཡང་གྲུབ་པ་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུ་
ཡིན་ནོ། །

དེ་གསུམ་རྟགས་ནི་ད་ལྟ་ཡང་། །
ཐམས་ཅད་སྟོང་པར་སྒྲུང་བ་དང་། །
དབྱིངས་རིག་རྟགས་བཅུ་འཆར་བ་དང་། །
ཡུལ་སྒྲུང་རུས་པ་འབྲིན་པ་སྟེ། །
གསུམ་པོ་སྤྲུ་མེད་ཡུལ་རྟགས་ཏེ། །
ཡུལ་ཅན་དེར་འབྲེལ་ཤེས་པ་ལོ། །
དེ་ནི་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲལ་བ། །
ཅ་བ་སྟོས་བྲལ་ཐིག་ལེ་ཡིན། །

རྒྱས་པར་མདོ་རྒྱད་ཀྱན་ལས་གསུངས། །

སྤྲུ་གསུམ་པོ་དེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་བཞུགས་པའི་རྟགས་ནི་ད་ལྟ་འབྲལ་
པའི་རུས་སུ་ཡང་། བསྟོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་སྤྲུའི་རྟགས་སུ་
ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད། རིག་པས་དབྱུང་ན་རིག་ཤེས་རྗེས་དཔག་གི་སྟོང་པ་
ཉིད་ཏུ་འཆར་བ་དང་། ལོངས་སྤྲུའི་རྟགས་སུ་ཅུང་ཟད་བསྟོམ་པ་ན་ཤའི་ཐིག་
ལའང་དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་པའི་རྟགས་བཅུ་འཆར་བ་མཐོང་བ་དང་། སྤྲུལ་
སྤྲུའི་རྟགས་སུ་ཆོགས་དུག་གི་ཡུལ་སྒྲུང་ལ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་རུས་པ་འབྲིན་པ་སྟེ། རྟགས་
གསུམ་པོ་དེ་བསྤྲུ་མེད་ཡུལ་གྱི་རྟགས་དང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་རྟགས་ནི་རང་རིག་ཤེས་
པ་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཁིང་མ་འབྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཅ་བ་སྟོས་བྲལ་གྱི་ཐིག་ལེ་
ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱད་ཀྱན་ཏུ་ལ་ལར་དྲང་དོན་དང་། ལ་ལར་ངེས་དོན་
དང་། ལ་ལར་སྤྲུལ་དོན་དང་། ལ་ལར་གསལ་བར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གཞིས་པ། འབྲལ་པ་མ་རིག་བའི་ཐིག་ལེ་བཞད་པ།

འབྲལ་པ་མ་རིག་ཐིག་ལེ་ནི། །
མ་རིག་འདུ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་ལས། །
ཀྱན་བརྟགས་མིང་བཞི་ལས་བསྐྱར་བ། །

བཏགས་པ་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དང་། །

གཞན་དབང་ཡིན་གྱི་རྒྱས་པ་ལ། །

རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་ཞེས་སུ་བཤད། །

ཡུལ་རྣམ་གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ། །

ཁམས་ལྷ་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས། །

རྒྱལ་བས་རྣལ་འབྱོར་རྒྱད་དུ་གསུངས། །

འབྲུལ་པ་མ་རིག་པའི་ཐིག་ལེ་ནི། སྤྱོད་གཞི་སྐྱགས་རྒྱང་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུམ་ལ། སྤྱོད་བྱེད་སྐྱགས་རྒྱང་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུམ་བཅས་དུག་གི་རྣམ་བཞག་ལས། དང་པོ་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ནི། སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་རྒྱང་དང་འགྲོགས་ཅིང་དཀར་དམར་དང་ལྷན་གཅིག་དུ་སྤྱར་པ་ལས། དཀར་ཆས་འཛིན་པ་དང་དམར་ཆས་གཟུང་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་མ་རིག་པ་ཟེར་རྟེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་རང་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་ལ་སྤང་བ་དང་། སྤང་དོར་ལ་མོངས་པ་སོགས་ཀྱི་དུག་གསུམ་གྱི་མ་རིག་པ་སྟེ། དེས་བསྐྱེད་པའི་འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་ཤེས་ལས་ཀྱན་བཏགས་པ་ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་ཏེ་མིང་བཞི་པོ་དེ་ལ་མིང་དོན་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་འབྲུལ་པ་ནི་སྤྱོད་གཞི་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཡིན། དེའི་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱར་ལམ་དུ་རྟོག་པས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་མེད་བསྐྱེད་པ་དང་། སྐྱགས་བཟླས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཉེན་པོ་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཟེར། གཉིས་པ་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་ནི། བདག་སྟེན། དམིགས་སྟེན། དེ་མ་ཐག་སྟེན་སྟེ་སྟེན་གསུམ་གྱི་གཞན་དབང་གིས་བསྐྱེད་པ་ཡིད་གྱི་རྒྱས་པ་ནི། རྒྱང་གིས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་སྤྱོད་གཞི་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་ཟེར། དེ་འཆིངས་བའམ་རྒྱང་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་ཟེར། གསུམ་པ་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ནི། དབང་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་རྣམ་བའི་དོན་ལྷ་གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ། ཁམས་ལྷ་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས་སྤྱོད་གཞི་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དང་། དེ་སྤྱོད་བྱེད་དྲངས་སྟྭགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་འཆིངས་བའི་རིམ་པ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས་ཟེར།

འདིའི་དོན་མདོར་བསྟུས་ནས་བཤད་ན། ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་

རིམ་སྒོམ་པར་སྒྲགས་གྱི་ཐིག་ལེ། གཞན་དབང་གི་གཉིན་པོར་རྒྱང་འཆིང་བ་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ། ཁམས་དམར་འཆིང་ཐབས་དང་བཅས་པ་ལ་རྩས་གྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྲིས། དེ་ལྟར་རྒྱང་སྒྲགས་རྩས་གྱི་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་རྒྱལ་བས་དོ་རྩེ་འཆང་གི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་དོ་རྩེ་ཕྱིང་བར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྩས་གྱི་ཐིག་ལེ་བཞད་པ།

གཅིག །བར་དོའི་རྒྱུན་ཉེ་བར་སྦྱོར་བ།

དེ་ལ་རྩས་གྱི་ཐིག་ལེ་ལ། །

ཕྱི་ནང་གཉིས་དེ་ནང་གི་དོན། །

དང་པོ་སྐྱེ་བ་སྦྱོར་བའི་ཆོ། །

བར་དོའི་ཤེས་པའི་རོ་བོ་དེ། །

ཕ་མའི་རྒྱུན་ལས་ཞེན་པ་ཡིས། །

ཁམས་འགྱུར་གོང་དུ་བསྟན་པ་བཞིན། །

མ་ཡི་མངལ་དུ་ཉིད་འཆོམས་སྒྱུར་ནས་ཐིག་ལེ་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ནང་གི་དོན་དུ་གྱུར་པའི་ཐིག་ལེ་ནི། དང་པོ་མ་ཡི་མངལ་དུ་སྐྱེ་བར་སྦྱོར་བའི་ཆོ་བར་དོའི་ཤེས་པའི་རོ་བོ་དེ། ཕ་མའི་རྒྱུན་ཉེ་ས་བོན་དཀར་དམར་གཉིས་འདུས་པ་ལ་བདག་དུ་ཞེན་པས་མངལ་བཟུང་ནས། རུར་རུར་པོ་ལ་སོགས་པའི་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་བརྩའི་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གོང་དུ་བསྟན་ཐོན་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས། དྲུངས་མ་གཉིས་ལྟན་བསྟན་པ།

ད་ལྟ་གནས་ཆོ་དངས་སྒྲིགས་གཉིས། །

རྒྱང་སེམས་དངས་མ་སྒྲར་བསྟན་ལ། །

ཐིག་ལེའི་དངས་ནི་དཀར་དམར་གཉིས། །

དཀར་ཆ་དབུ་མའི་ཡར་སྐྱ་ན། །

ཉོ་གི་རང་བཞིན་ཡུངས་ཀར་ཅམ། །

དཀར་ལ་སྒྱུ་མ་པ་ཤེལ་དང་མཚུངས། །

པ་ལས་ཐོབ་པ་ཀུན་གྱི་མཚོག། །

དམར་ཆ་ཚ་གསུམ་འདུས་ས་ན། །

དམར་གསལ་ཚོད་མའི་མེ་འདྲ་བ། །

ཨ་ཐུང་ཕག་མའི་རང་བཞིན་ཏེ། །

དབྱིད་དང་ཐིག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་བཤད། །

དེ་གཉིས་ཀུན་གཞི་སྒྲིག་རྒྱུ་བརྟེན། །

བྱང་རྒྱུ་སྒྲིང་པོའི་ངོ་བོ་ཞེས། །

སྒྲིང་བྱང་རྒྱུ་ཐོག་མཁའ་འགྲོར་གསུངས། །

དེ་ཡང་སྒྱིར་དྲངས་སྒྲིགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ། རྣམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་ལ་དྲངས་སྒྲིགས་
 ལྷ་བྱས་པ་དང་། དེ་གཉིས་སོ་སོའི་སྤྱ་རགས་ལ་དྲངས་སྒྲིགས་སྤྱ་བྱས་པ་སོགས་དུ་
 མ་ཡོད་པ་ལས། འདིར་སྤྱ་རགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ད་ལྟ་ལུས་ལ་གནས་པའི་
 ཆོ་རྒྱུང་སེམས་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལ། དཀར་དམར་གཉིས་སྤྱ་ཡོད་པ་ལས།
 རྒྱུ་གི་དྲངས་མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་། སེམས་ཀྱི་དྲངས་མ་འོད་གསལ་ཡིན་པ་
 སོགས་གོང་དུ་བསྟན་ཟིན་ནས། ཐིག་ལེའི་དྲངས་མ་ནི་དཀར་དམར་གཉིས་ལས།
 དང་པོ་དཀར་ཆ་ནི་གནས་དབུ་མའི་ཡར་སྒྲ། ཉི་གི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པ་ཅན།
 ཚོད་ལྱང་དཀར་ཅམ་པ། རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་ཁ་དོག་དཀར་ལ་སྒྱུ་པ།
 དཔེ་ཤེལ་དང་མཚུངས་པ། རྒྱ་པ་ལས་ཐོབ་པ། ཁམས་སོ་གཉིས་ཀུན་གྱི་མཚོག་དུ་
 ལྷར་པ་ཡིན་ལ། དམར་ཆ་ནི། གནས་ལྟེ་འོག་ཚ་གསུམ་འདུས་མདོ་ན། ཁ་དོག་
 དམར་ཞིང་གསལ་བ། དཔེ་ཚོད་མ་ཁའི་མེ་དང་འདྲ་བ། ཨ་ཐུང་སྒྲེ་ཉི་ལ་
 བཏགས་པའི་ཨ་ཤད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན། རྒྱུ་ཐོག་མཁའ་འགྲོར་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་
 བཞིན་ཡིན་ལ། འདིའི་རིགས་པས་གོང་གི་ཉི་ཡིག་ལ་ཡང་ཉེ་རུ་གའི་ངོ་བོ་ཐབས་
 ཀྱི་རང་བཞིན་ཟེར་ན་འགྲིགས་སྒྲིམ། བདེ་མཚོག་ལས་དྲངས་མ་དེ་གཉིས་ལས་
 བདེ་བ་འཛོལ་བས་དབྱིད་དང་། བདེ་བ་བརྟན་པས་ཐིག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་བཤད། དེ་
 གཉིས་ལ་ཀུན་གཞི་སྒྲིག་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་བརྟེན་ནས་གནས་ཅིང་། དཀར་

དམར་འདི་གཉིས་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས།
སྒོམ་འབྱུང་རྩོམ་མཁའ་འགོ་ལས་གསུངས་སོ། །

གསུམ། སྒྲིགས་མ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།

༡ ཟས་སྒོམ་ལས་དྲངས་མ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ།
དེ་བཞིན་སྒྲིགས་ཀྱང་དངས་སྒྲིགས་གཉིས། །
དམར་ཆ་མེས་བསྐྱེད་གྱེན་འགོ་ལ། །
དཀར་པོ་སྒྲིབ་པོ་ནས་འོག་འགོ། །
དང་པོ་སྒྲིབ་ཐོག་རྒྱས་བསྐྱེད་པ། །
སྒྲིབ་པོ་ཟས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས། །
ཐོག་རྒྱས་ལག་པ་དག་སྒྲིགས་ཏེ། །
ཁར་ནི་ཕུང་པོའི་ལྟ་ལ་མཆོད། །
པོ་བར་ལས་བྱེད་ལྟ་གསུམ་སྒྲི། །
མེ་མཉམ་རྒྱུང་དང་བད་ཀན་ནི། །
སྒྲིགས་བྱེད་མཁེལ་པ་འཇུ་བྱེད་གསུམ། །
བསྐྱེགས་བཞུས་སྒྱུངས་ནས་དེ་ཡི་དྲངས། །

དེ་ཡང་ཀུན་གཞི་སྒྲིག་རྒྱུང་དང་བཅས་པ་དེ་ཡི་ཆེན་གྱི་ཐོག་ལེ་དཀར་དམར་
དེ་གཉིས་ཀྱང་ནང་གསེས་ཀྱི་དྲངས་སྒྲིགས་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་དམར་
ཆའི་དྲངས་མ་ནི་མེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ལུས་ཀྱི་དྲོད་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་དེ་
དྲོད་ཀྱི་བདག་པོར་བྱེད་པ་དང་། མེའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པས་གྱེན་དུ་འགོ་བ་ཅན་
ཡིན། དཀར་ཆའི་དྲངས་མ་ནི་སྒྲིབ་གནས་ནས་ལུས་ཀྱི་དཀར་ཆ་ཐམས་ཀྱི་བདག་
པོར་བྱེད་ཅིང་། ཆུའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པས་འོག་དུ་འགོ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིགས་མ་ནི་དང་པོ་གཞི་དུས་ཀྱི་ནང་གི་སྒྲིབ་ཐོག་གི་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།
དེའི་ཚུལ་ཡང་སྒྲིབ་པོ་ལྟ་ལ་ཟས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བསྐྱེག་རྒྱས་དང་། རོ་རྒྱུང་
དང་འབྲེལ་བའི་ལག་པ་གཉིས་དག་སྒྲིགས་ཏེ། ཁ་ནི་ཐབ་ཁུང་། ཕུང་ཁམས་སྒྲི་
མཆོད་རྣམས་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་ལྟར་གྲུབ་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་

འདས་པའི་མཆོད་ལུལ་གྱི་ལྷ། མོ་བར་དྲངས་སྟིགས་འབྱེད་པའི་ལས་བྱེད་པ་ནི་
འཇིག་རྟེན་པའི་མེ་ལྷ་ཞལ་གསུམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཞལ་གསུམ་ནི། རྒྱང་མེ་མཉམ་།
བད་ཀན་ལྷག་བྱེད། མཁྱིས་པ་འཇུ་བྱེད་གསུམ་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ནམས་ཀྱིས་བྱེད་
ལས་ནི། རྒྱང་མེ་མཉམ་གྱིས་བསྟེག་བད་ཀན་ལྷག་བྱེད་གྱིས་བཞུས། མཁྱིས་པ་
འཇུ་བྱེད་གྱིས་སྦྱངས་པར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

༡ དྲངས་མ་སོགས་ནང་གི་སྟེ་བ་བདུན་པའི་འགྱུར་ཚུལ།

མཆིན་པར་ཅ་ཆེན་དག་ལ་བརྒྱད། །

ཁག་ཆེན་གྱུར་ནས་ཅ་ཀུན་འགོ། །

ཁག་གིས་ཤ་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཆོལ། །

རུས་པ་རྒྱང་དང་ཁུ་བ་སྟེ། །

ལུས་བྱངས་དྲངས་མ་བདུན་ཞེས་བྲ། །

གོང་དུ་བསྟེག་བཞུས་སྦྱངས་གསུམ་བྱས་པ་དེའི་དྲངས་མ་མཆིན་པར་ཅ་ཆེན་
བཞི་ལ་བརྒྱད་དེ་ཁག་དུ་གྱུར་ནས་ཅ་ཆེན་གསུམ་ཀུན་དུ་ཁུ་བར་འགོ་ཞིང་། ཁག་
གི་དྲངས་མས་ཤ་བསྐྱེད། ཤའི་དྲངས་མས་ཆོལ་བསྐྱེད། ཆོལ་གྱིས་དྲངས་མས་
རུས་པ་བསྐྱེད། རུས་པའི་དྲངས་མས་རྒྱང་བསྐྱེད། རྒྱང་གི་དྲངས་མས་ཁུ་བ་
བསྐྱེད་སྟེ། དེ་ལ་ལུས་བྱངས་དྲངས་མ་བདུན་བརྒྱད་ཅེས་བེར་ཞིང་། ཁུ་བ་ལ་སྟེ་
བ་བདུན་པ་བེར་བའི་དོན་ཡང་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

༢ སྟིགས་མའི་སྟིགས་མ་ཇི་ལྟར་འདོར་ཚུལ།

མོ་བའི་སྟིགས་ལས་སྐ་སྐ་གཉིས། །

སྐ་བ་རྒྱ་མར་བརྒྱད་ནས་འགོ། །

སྐ་བ་རྒྱ་སྟོག་ནས་སོང་ནས། །

སྐང་པ་ནས་ནི་འབབ་པར་བྱེད། །

ཁག་སྟིགས་མཆིན་ལས་མཁྱིས་པ་ནི། །

བསྐྱེད་ནས་དེ་སྟིགས་འོག་དུ་འགོ། །

མཁྱིས་སྟིགས་རྒྱ་ཡི་ཀུ་ཡ་དང་། །

དྲི་ཆེན་དྲི་དང་སེར་པོར་བྱེད། །
 ཤ་ཡི་སྟིགས་མ་པགས་དྲི་མ། །
 ཆོལ་སྟིགས་ཆེན་བྱར་འགྱུར་བ་སྟེ། །
 རུས་སྟིགས་སོ་དང་སེན་མོ་ཡིན། །
 ཀླང་སྟིགས་སྐྱབས་ཀྱི་མཆིལ་སྐྱབས་བཤད། །
 ཁུ་བའི་སྟིགས་མ་འོག་ཏུ་འབབ། །
 རྒྱངས་མ་སྟོབས་དང་ཁ་དོག་བྱེད། །
 དེ་ནི་སྦྱི་ཅམ་བཤད་པ་ཡིན། །

སོ་བའི་ནང་གི་ཟས་སྟོམ་གྱི་སྟིགས་མ་དེ་དག་སྐྱ་སྐྱ་གཉིས་སུ་བྱེ་ཅིང་། སྐྱ་བ་
 བཤང་བ་ནི་རྩ་མ་ནས་ཡོང་ཁ་བརྒྱད་དེ་འོག་ཏུ་འབབ་པ་དང་། སྐྱ་བ་གཅིན་ཏུ་
 རྒྱར་པ་དེ་རྩ་མོགས་ཀྱི་རྩ་བརྒྱད་དེ་གླང་པ་འབབ་པར་བྱེད་དོ། །འབྲུག་གི་སྟིགས་
 མ་མཆིན་པ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་མཁྲིས་པ་བརྒྱུད་ནས་དེའི་སྟིགས་མ་འོག་ཏུ་འགོ་
 ཞིང་། མཁྲིས་པའི་སྟིགས་མ་ནི་རྩའི་རྒྱ་ཡ་དང་། དྲི་ཆེན་གྱི་ཁ་དོག་སེར་པོར་བྱེད་
 པའི་རྩ་འགྱུར། ཤ་ཡི་སྟིགས་མ་ལྷགས་པ་དང་དྲི་མ་འགྱུར། ཆོལ་གྱི་སྟིགས་མ་
 ཆེན་བྱར་འགྱུར། རུས་པའི་སྟིགས་མ་སོ་དང་སེན་མོར་འགྱུར། ཀླང་གི་སྟིགས་མ་
 ཀླང་སྐྱབས་དང་རྩ་སྐྱབས་སོགས་སྐྱབས་ཀྱི་མཆིལ་སྐྱབས་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཁུ་བའི་
 སྟིགས་མ་ནི་བསམ་སེུ་བརྒྱད་ནས། འོག་ཏུ་འབབ་ནས་མངལ་གྱི་ས་བོན་བྱེད་
 ཅིང་ཡོད་ལ། ཁུ་བའི་རྒྱངས་མ་ནི་ལྷས་ཀྱི་སྟོབས་དང་པགས་པའི་གཞོན་ཤ་ལ་
 སོགས་པའི་ཁ་དོག་རྒྱས་པར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྣམས་ནི་ཁམས་ཀྱི་
 རྒྱངས་སྟིགས་སྦྱི་ཅམ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཟས་ཐོས་པའི་རྗེས་སུ་སོ་བའི་ནང་དུ་
 རྒྱངས་སྟིགས་དབྱེ་བ་ལ་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་བར་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་འབྲུག་
 ལ་སོགས་པའི་ལྷས་རྒྱངས་བདུན་པོ་སོ་སོའི་རྒྱངས་སྟིགས་དབྱེ་བ་ལ་ཉིན་ཞག་རེ་
 འགོར་ཞིང་ཡོད་སྟབས། ཁ་ཟས་གང་ཐོས་པ་དེའི་ཁུ་བའི་བར་དུ་རྒྱངས་སྟིགས་
 འབྱེད་པ་ལ་ཉིན་ཞག་བདུན་འགོར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

བཞི། ཁམས་སོ་དྲུག་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

༡ དྲངས་མ་བརྩ་གཉིས་རི་ཉྦ་ར་རྒྱ་བ་བཤད་པ།

རྒྱས་བཤད་ཁམས་ནི་སྤྲུལ་ཅུ་དྲུག །

བཞི་ནི་ཐིག་སོགས་ཤེས་པ་དང་། །

འབྲེལ་བ་མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་བྱ། །

བདུད་བྲལ་ནས་བྱང་ཁམས་དེ་ནི། །

ཉིང་འགོ་ཁྱེ་རྒྱང་དབུས་སྤྱུགས་ །

རྒྱ་དེས་ནག་སྤྱོགས་དང་མཐུན་བཤད། །

འདི་ཡང་རེག་བྱའི་སྤྱོགས་གཅིག་འཛིན། །

ཅ་བའི་རྒྱང་ལྷ་དང་འབྲེལ་བ། །

སྤར་བཤད་འདིར་ཡང་དབུ་མའི་ཆ། །

ཉིང་དུ་རྒྱང་གསུམ་འོག་སྤྱོགས་སྤྱ། །

དྲི་རྒྱ་ཁུ་བ་ནམ་གསུམ་བརྟེན། །

ཁྱད་པར་མར་སྤྱ་དུང་ཅན་མ། །

བཙུ་ཆ་ཡི་ཐིག་ལེ་ནི། །

གང་བ་བདེ་བ་སྦྱེ་བའི་རྩ། །

རོ་མས་ཁྲག་གི་ཁམས་འཛིན་པས། །

རྒྱས་པ་བྱད་མེད་ཁྱད་པར་བྱེད། །

དབང་མཆོག་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །

རྒྱས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་རྒྱས་པར་བཤད་ན་ཁམས་སོ་དྲུག་ཡོད་པ་ལས། དྲངས་མ་བརྩ་གཉིས་རྒྱ་བའི་ཁམས་ནི། ཉིང་གའི་ཡན་ལག་རྒྱང་གི་རྟེན་གྱི་རྩ་བཞིའི་ཐིག་ལེ་ནི་ཐིག་དང་། རྩ་བ། སྤྱེ་བཞི་པོའི་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་ནས་ཡུལ་གཟུགས་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བདག་རྒྱེན་བྱེད་པའི་དྲངས་མ་ནི་ནང་གི་མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་བྱ་ལ། ཡན་ལག་གི་རྩ་བ་དུད་བྲལ་ནས་བྱང་བའི་ཁམས་དཀར་ཆ་དེ་ནི་ཉིང་དུ་འགོ་ཞིང་ཁྱེའུ་རྒྱང་གི་དབུས་སྤྱུགས་པ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་མཆོན་དེས་ན་ཁམས་ལྷགས་

སྒྲིག་གི་དཀར་ཆ་འགྲིལ་པ་ཡིན་པས། རྒྱ་བའི་ནག་སྒྲིགས་དང་མཐུན་པར་བཤད།
 བདུད་བྲལ་མར་གནས་པའི་ཐིག་ལེ་དེ་ཡང་། རིག་བྱའི་སྒྲིགས་གཅིག་འཛིན་པས་
 ན་ཡན་ལག་རྒྱུད་གི་སྒྲིགས་གཅིག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན། །ཙུ་བའི་རྒྱུད་ལྔ་དང་འབྲེལ་
 བའི་ཐིག་ལེའི་བྱེད་ལས་ནི། སྒར་བཤད་པའི་ཚའི་བྱེད་ལས་དང་མཐུན་པ་ཡིན།
 དེའང་ཐིག་ལེ་འཆད་པའི་སྐབས་འདྲིར་ཡང་། དབུ་མ་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་བྱས་སྟེ།
 ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྔ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐིག་ལེ་ལྟ། ཙུ་བའི་རྒྱུད་ལྔ་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཐིག་ལེ་ལྟ། རྒྱུད་རྒྱ་ཉི་ལྔ་གཅན་གྱི་ཙུ་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐིག་ལེ་དང་། འོག་
 ཏུ་བཤད་གཅི་ཁྱབ་ནམས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། རྒྱུད་སྒྲིག་ཉི་མའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་
 པས་ན་རྒྱུད་གི་གསུམ་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་ཉི་མའི་ཐིག་ལེ་དང་། འོག་གི་གསུམ་
 པོ་བྱས་སེལ་རྒྱ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་རྒྱ་བའི་ཐིག་ལེ་ཏེ། དེ་
 རྒྱུད་དྲུངས་མ་བཅུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་དབུ་མའི་ཡར་སྐྱ་སྐྱ་གཅན་དང་། མར་སྐྱ་རྒྱས་མེར་བཤད་པ་དེ་གཉིས་
 ལ་གནས་པའི་ཐིག་ལེ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་སྐབས་འདྲིར་ཁམས་བཅུ་གཉིས་པོ་གང་
 གི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་དགོས་ཞེ་ན། སྐྱ་གཅན་ནི་རྒྱ་བ་དང་། རྒྱས་མེ་ནི་ཉི་མའི་ཁོངས་
 སུ་བསྟུ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱད་པར་རྒྱ་མར་སྐྱ་རྒྱུད་ཅན་མ་ལས་བཙོ་ལཱི་ཆའི་དཀར་
 ཆ་ཐིག་ལེ་གང་བ་ནི་བདེ་བ་སྐྱེ་བའི་ཙུ་ཡིན་ལ། དེ་སྐྱེས་པ་ལ་དོ་རྩེའི་ཙུ་དང་
 འབྲེལ་ཞིང་། བུད་མེད་ལ་ཙུ་རོ་མ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་ཁྱག་གི་ཁམས་འཛིན་པས།
 སྐྱེས་པ་དང་བུད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་བྱེད་ཅིང་། ལུས་ཀྱི་དབང་པོའི་མཆོག་གཉིས་
 ཏེ་པོ་མའི་དབང་པོའི་བདེ་བ་བསྐྱེད་དོ། །

འདི་ནི་ཁ་སྐྱོར་ཐིག་ལེ་ལས། །

སྒྲིགས་བཞི་འདབ་མའི་ཙུ་གནས་པ། །

འབྱུང་བ་ཆེ་ནམས་མར་མའི་དངོས། །

མཆོམས་ཙུ་བདུད་ཚི་ལྔ་འབབ་གནས། །

དེར་བརྟེན་མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་བཤད། །

འདྲིར་ནི་ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་དབུས་སུ། །

ཙ་ལུ་པོ་ནི་ཡང་དག་གནས། །

དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལྟར་གང་ལས་གསལ་ཞེ་ན། ཁ་སྐྱོར་ཐིག་ལེ་ལས། དབུ་མའི་
 རྩལ་པ་བཞིའི་འདབ་མའི་རྩ་ལ་གནས་པའི། འབྲུང་བཞིའི་ཐིག་ལེ་ནི་སྐྱོན་མའི་
 དངོས་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། མཆོམས་རྩ་ལ་བརྟུང་ཙ་ལུ་འབབ་ཞིང་
 གནས་པ་ནི་ཐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། མཆོམས་རྩ་བཞི་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐིག་
 ལེ་ནི་གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་བཞིའི་མཆོད་པ་ཞེས་བཤད་དོ། འོ་ན་མཆོད་པ་བཞི་པོ་དེ་
 གང་རུ་གནས་ཞེ་ན། འདི་ནི་ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་དབུས་སུ་ཙ་ལུ་པོ་སྟེ། སུམ་སྒྲོར་མ་དང་།
 འདྲོད་མ་དང་། བྱིམ་མ། གཏུམ་མོ། བརྟུང་བལ་མ་སྟེ་ལུ་པོ་ཡང་དག་པར་
 གནས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་དབུས་ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲིང་ལ་ངོས་འཛིན་ན་ལེགས་ཏེ། དེ་ལྟར་
 བ་དང་རབས་གསོ་རིག་གི་ནང་རུ་བཤད་པའི་ལྟར་སྒྲིང་ནས་བྱེས་པའི་རྩ་འདབ་
 གཟུགས་འཛིན་པ་ལྟའི་རྒྱང་གནས་པའི་རྩ་སུམ་སྒྲོར་མ་དང་། དེང་རབས་གསོ་
 རིག་ནང་གི་ལྟར་པའི་རྩ་ཨོ་ཕུ་ཐི་ཁི་(optic) དང་བྱེད་ལས་གཅིག་པ་དང་། ལྟ་
 འཛིན་པ་རུས་སྒྲལ་གྱི་རྒྱང་གནས་པའི་རྩ་འདྲོད་མ་དང་། དེང་རབས་གསོ་རིག་
 བ་རུ། ལྟས་སི་ཐི་རུའུ་ལའོ་ཁུ་ཁི་ལེ་ཡེ་(Vestibulocochlear) ཟེར་བའི་རྩ་དང་
 གནས་ཚུལ་མཆོངས་པ། དྲི་འཛིན་པ་རྩང་པའི་རྒྱང་གནས་པའི་རྩ་བྱིམ་མ་དང་།
 དེང་རབས་ལུགས་ཀྱི་ལྟར་པའི་ནང་གི་ཨོ་ལ་ལྟས་ཁི་ཐོ་རེ། (Olfactory) ཟེར་བའི་
 རྩ་དང་རྩལ་པ་མཆོངས་པ་ལ་སོགས། རྒྱུད་རུ་བརྟེན་པའི་རྩ་རྣམས་གནས་གང་
 དང་བྱེད་ལས་གང་གསལ་པོར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པར་མ་ཟད། སུ་མཐུད་ནས་རྩ་
 དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཆོག་པའི་དགེ་མཆོན་མཛོན་ནོ། །

༩ རྩལ་པ་ཉེར་བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །

ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་ཉེ་བར་བཞུང་། །

གནས་སོགས་བྱེ་བྲག་ལ་བརྟེན་ནས། །

གནས་གནས་སུ་ནི་ཉེ་བར་བཞུང་། །

དེ་ནས་དེ་ནམས་ལས་བྱང་བ། །

ཁམས་ནི་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་པོ། །

སྒར་བཤད་ཙ་དང་བཅས་པ་ནི། །

དེ་ཡང་སྐྱ་གསུང་བྱགས་སམ་ས་འོག་ས་སྒྲིང་ས་སྒྲ་གསུམ་ལ་བརྒྱད་དུ་སྦྱོར་བའི་
 བྱི་བྲག་གི་སྦྱོར་ལ་གྱི་ཡུལ་ཉེར་བཞི་པོ་ནམས། ནང་ལུས་ཀྱི་ཙ་གནས་ནམས་དང་
 སྐྱར་ནས་ཉི་བར་བཟོད་ལ། དེ་ཡང་སྦྱོར་ལ་གྱི་གནས་ནམས་སུ་མཁའ་འགྲོ་མ་
 ནམས་ཉུག་དུ་རྒྱ་ཞིང་གནས་པ་དང་། ནང་དུ་ཙ་གནས་ནམས་སུ་ཐིག་ལེ་ཉུག་དུ་
 གནས་ཤིང་རྒྱ་བས་ན་གནས་དང་། རེས་འགར་རྒྱ་བའི་དབང་གིས་གནས་དང་
 འདྲ་བས་ན་ཉི་བའི་གནས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། དེ་ནས་ལུས་ཀྱིས་ཙ་
 ཉེར་བཞི་པོ་དེ་ནམས་ལས་བྱང་བའི། ཁམས་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་པོ་ནི་སྒར་བཤད་པའི་
 ཙ་དང་བཅས་པས་གནས་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞིར་བཤད་པའི་ཚུལ་ནི། (1) གནས་དང་
 ཉི་བའི་གནས་བཤད་པ།

མི་སྦྱོད་ཕུ་སྒྲི་ར་ཡིན་ཏེ། །

སོ་དང་སེན་མོ་འབབ་པར་བཟོད། །

སྤ་མོ་རྩ་ལན་རྩ་ར་སྒྲི། །

དེ་བཞིན་སྐྱ་དང་བ་སྐྱ་འབབ། །

ཙ་བ་མ་ནི་ཨོ་རྒྱན་ཏེ། །

ན་གཡས་བརྟེན་ཏེ་བགས་པ་འབབ། །

གཡོན་པ་མ་ནི་ཨུ་རྒྱ་ཏ། །

རྒྱབ་སོགས་ཤ་ནམས་འབབ་པའོ། །

དཀར་ཆ་ཉུག་དུ་གནས་པས་གནས། །

གྲོ་ཏ་མ་རྩི་བྱང་དུ་མ། །

རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཁམས་ནམས་འབབ། །

① བ་ལང་གི་མཚོག་སྒྲིན།

རྒྱ་མེ་ཤར་^①འུས་སྤུལ་སྒྲིལ། །
 འུས་པའི་སྤོང་བ་འབབ་པ་ཡིན། །
 དེ་སྤྱི་གོ་དེ་^②སྒྲོམ་པ་མོ། །
 མཆེན་པའི་ཤ་ཀུན་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །
 དབང་བསྐྱར་མ་ལུ་ལ་^③ཞེས་བྱ། །
 སྒྲིང་གི་ཤ་བསྐྱེད་བྱེད་པ་སྟེ། །
 རྟག་རྒྱ་ཉེ་བའི་གནས་ཞེས་བརྗོད། །

1 འདི་ལ་གནས་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཆེན་ཡང་སྤྱི་རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་གནས་ཆེན་རྣམས་
 དྲང་། རྟང་གང་ཟག་གི་ལུས་ཀྱི་རྩ་གནས་གཉིས་སྐྱར་ནས་བཤད་པ་ཞིག་སྟེ། སྤྱི་
 རོལ་གྱི་ཡུལ་འདི་དག་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་རྟག་རྒྱ་གནས་ཅིང་། རྟང་གི་རྩ་
 གནས་འདི་དག་ལ་དཀར་ཆ་རྟག་རྒྱ་གནས་པའི་སྤྱི་ན་གནས་ཅིས་བྱའོ། །

2 ཉེ་བའི་གནས་ཞེས་པ་སྤྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་རེས་
 འགར་རྒྱ་ཞིང་། རྟང་གི་རྩ་གནས་དེ་དག་རྒྱ་དཀར་ཆ་རེས་འགར་གནས་པས་ན་
 ཉེ་བའི་གནས་ཅིས་བྱའོ། །

3 འདིར་སྤྱི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སོ་སོ་དང་། རྟང་རྒྱ་ལུས་ཀྱི་རྩ་གནས་སོ་སོར་སྐྱར།
 ལུས་རྟང་གི་ཐིག་རྒྱུང་གི་དྲངས་མ་ནི། སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་
 ཡབ་ཡུམ་རྣམས་མཆོན་བྱེད་ཡིན། སྟིགས་མ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་སོ་སོའི་ཤ་ལྷགས་
 སོགས་གོང་རྒྱ་བསྐྱར་པའི་སྟིགས་མའི་ཁམས་རྣམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

① དགའ་བའི་དབང་ལྷག

② ལྷ་མོའི་རྗོང་།

③ སྤོང་ཅན་མ།

གནས་དང་ཉེ་བའི་གནས་ཀྱི་རེའུ་མིག

གནས	ཅའི་མིང	ཅའི་གནས	ཕྱི་རོལ་ཡུལ	ཅ	ཅའི་བྱེད་ལས
	མི་བྱེད་མ	འཚོགས་མ	ཕུ་སྤྱི་ར	རྒྱང	སོ་སོཅ་རྒྱལ་ལ་འབབ་པར་བྱེད།
	ཕ་མོ	སྤྱི་གཙུག	རྩ་ལན་རྩ་ར	རྒྱང	སྤྱི་དང་བ་སྤྱིའི་ཁམས་ལ་འབབ་བྱེད།
	ཅེ་བ་མ	རྩ་བ་གཡས	ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ	རྒྱང	པགས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
	གཡོན་པ་མ	ལྷག་པ།	ཨུ་ཏྲ	རྒྱང	རྒྱབ་སོགས་ཀྱི་ཤ་རྒྱལ་ལ་འབབ་བྱེད།
ཉེ་བའི་གནས	ཐུང་རུ་མ	རྩ་བ་གཡོན	གློ་ད་མ་རྩི	རྒྱང	ཅུས་པའི་ཁམས་ལ་འབབ་པར་བྱེད།
	ཅུས་ཐུལ་སྤྱི	མྱིན་མཚམས	རྩ་མོ་ཤར	རྒྱང	ཅུས་པའི་ཐུང་བ་ལ་འབབ་པར་བྱེད།
	སྤྱི་པ་མོ	མིག་གི་ཕྱི་རོལ	དེ་སྤྱི་གློ་རྩི	རྒྱང	མཚོན་པའི་ཤ་རྒྱལ་ལ་འབབ་པར་བྱེད།
	དབང་བསྐྱར	ལྷག་པ	མུ་ལ་མ	རྒྱང	མྱིང་གི་ཤ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།

(2) ཁིང་དང་ཉེ་བའི་ཁིང་།

སྤྱི་མ་ཁེས་བྱ་གྲོ་ཏྲ་སྤྱི།

མིག་འབྲས་ཤ་རྒྱལ་ལ་འབབ་པར་བྱེད།

མཐུག་མ་ཨོ་རེ་ཡ་ཡིན་ཏེ།

རྩ་མཚམས་ནས་བསྐྱེད་མཁྱིལ་པ་བསྐྱེད།

མ་མོ་རྩི་ཤ་ཀུན་སྤྱི།

སྤྱི་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ།

མཚོན་མོ་ཁེས་བྱ་གྲོ་ཤ་ཤ་ལོ།

རྒྱ་མའི་ཐུང་བ་ལ་འབབ་པར་བྱེད།

ལོངས་སྤྱོད་ཁིང་དང་ཉེ་ཁིང་བརྗོད།

དེ་བཞི་ལས་དང་པོ་གཉིས་ནི་ཕྱི་རོལ་རུ་མཁའ་འགོ་མ་རྒྱལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་
ཁིང་ཡིན་པ་དང་། ལྷན་རྒྱ་དཀར་ཆ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཁིང་ཡིན་པས་ན་ཁིང་
ཞེས་ཟེར། ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་དེ་རེས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ན་ཉེ་བའི་ཁིང་ཞེས་ཟེར།

① འདོད་པའི་གཟུགས།

② དགེ་མཚན་གསུམ།

③ དགེ་བ་ཅན།

ཞིང་དང་ཉེ་བའི་ཞིང་གི་རེའུ་མིག

	ཅའི་མིང	ཅའི་གནས	ཕྱི་ཡུལ	ཙ།	ཅའི་བྱེད་ལས
ཞིང	སྒྲིན་མ	མཆན་ཁུང	ཀོ་རུ	རྒྱང	མིག་འབྲས་ཀྱི་ཤ་ནམས་འབབ་པར་བྱེད།
	འབྲས་མ	རུ་མ	ཨོ་དེ་ཡ	རྒྱང	རུ་མཆོམས་བརྒྱད་མཁྱིམ་པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
ཉེ་ཞིང	མ་མོ	ཉེ་བ	ཧྲི་ཤ་ཀུ་ན	རྒྱང	སྒྲི་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
	མཆན་མོ་མ	མ་ཅེ	ཀོ་ཤ་ལ	རྒྱང	རྒྱ་མ་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱ་མའི་མིང་བ་འབབ་པར་བྱེད།

(3) ཆ་རྩོ་དང་ཉེ་བའི་ཆ་རྩོ།

བསེལ་སྒྲིན་ག་ལི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །
 ལྷ་རྒྱར་ནས་འབྲེལ་གྲོད་པ་བསྐྱེད། །
 ཆ་བ་མ་ནི་ལ་ལྷ་ག། །
 ལྷ་བ་གཉེ་མ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །
 གཞོལ་མ་ཀུའྱིར་བཤད་པ་སྟེ། །
 བཤད་བ་འབབ་པའི་བདག་རྒྱེན་བྱེད། །
 རངས་མ་ཉི་མ་ལ་ཡ་སྟེ། །
 མཆོམས་དབུས་འགོངས་པའི་རྒྱུངས་པ་འབབ། །
 དྲངས་སྒྲིགས་འདྲེས་པར་གནས་པས་ན། །
 ཆ་རྩོ་ཉེ་བའི་ཆ་རྩོར་བཤད།

འདིར་ཆ་རྩོ་ཞེས་པ་ལེགས་སྒྱུར་སྐད་དེ་བོད་སྐད་རུ། བསྐྱེལ་པ་འཕ་འདྲེས་པའི་དོན་ཡིན། དང་པོ་གཉིས་ནི་ཕྱི་རོལ་རུ་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་རིགས་འདྲེས་ནས་འབྲས་པའི་གནས་ཡུལ་དང་། གང་རུ་དྲངས་སྒྲིགས་འདྲེས་མར་གནས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་ཟེར།

འདིར་ཅ་མི་བྱེད་མ་ནས་ཆ་བ་མའི་བར་ཅ་བརྒྱ་བཞི་ནི་གཡོན་མ་རྒྱང་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། གཞོལ་མ་ནས་ཡིད་བབྱང་

① འཕྱང་བ་ཅན།

② གངས་ཅན།

མའི་བར་ཅ་བཅུ་ནི་རོ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐབས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ།

སྒྲོ་དང་ཉེ་བའི་སྒྲོ་ལྟ་བུ་མིག་

	ཅའི་མིང་	ཅའི་གནས་	སྤྱི་ཡུལ་	ཅ།	ཅའི་བྱེད་ལས་
སྒྲོ་	བསེལ་	ཁ	ཀ་ལི་རྒྱ	རྒྱུང་	སྒྲོ་བྱེད་ནས་འབྲེལ་གྱིན་ཞོག་སྒྲོ་ལྟ་བུ་བ་
	སྤྱིན་མ་				བསྐྱེད་བྱེད་
	ཆ་བ་མ་	མགིན་ དབུས་	ལ་སྤྱི་ཀ	རྒྱུང་	སྒྲོ་བ་དང་འབྲེལ་ནས་གཉེ་མ་བསྐྱེད་བར་བྱེད།
ཉེ་ བའི་ སྒྲོ་	གཞིལ་མ་	བྱང་གཞུང་	ཀ་སྤྱིར་	རྫོང་	བཤང་བ་འབབ་པའི་བདག་སྤྱིན་བྱེད།
	རངས་མ་	ཁྱང་བ་	ཉི་མ་ལ་ཡ	རྫོང་	འཚོགས་མ་ནས་གསང་གནས་བར་གྱི་ཡུས་དབུས་རྒྱུངས་པ་འབབ།

(4) འདུ་བ་དང་ཉེ་བའི་འདུ་བ།

ཤི་ཏ་སྤྱི་རི་གཞུགས་ཅན་མ།

རྟག་ཏུ་ནག་ནི་འབབ་པ་ཡིན།

ཤི་ཏ་དེ་མ་^①ཐུན་མོང་གནས།

བད་ཀན་འབབ་པར་བྱེད་པའོ།

རྒྱ་སྤྱིན་སྒོ་རྩྱ་^②ཉེ།

ཁྱུག་གི་ལུས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།

སྤྱི་རྩྱ་^③པ་སྤྱིར་བལ་མ།

རྟག་ཏུ་རྩལ་ནི་འབབ་པར་བྱེད།

དུངས་སྤྱིགས་འདུ་དང་ཉེ་འདུར་གསུངས།

འདིར་འདུ་བ་དང་ཉེ་བའི་འདུ་བ་ཞེས་པའི་དོན་གནས་སྤྱི་མ་གཉིས་པོ་ལ་སྤྱི་
རོལ་ཏུ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་རྟགས་ཏུ་འཚོགས་ཉེ་འདུ་བ་དང་། བྱང་རྩྱ་ཅ་

① ཁྱིམ་གྱི་ཉེ།

② ཡུལ་འཁོར་བཟང་པོ།

③ གསེར་སྤྱིང་།

གནས་དེ་དག་ལ་དྲངས་སྟེགས་ནམས་ལྟན་ཏུ་འདུ་བས་ན་འདུ་བ་དང་། གནས་
 བྱི་མ་གཉིས་ནི། བྱི་རོལ་དུ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ནམས་རེས་འགར་འདུ་དང་།
 བླ་དུ་རེས་འགར་གནས་དེ་དག་ལ་ཁམས་འདུ་བས་ན་ཉེ་བའི་འདུ་བ་ཟེར།
 འདུ་བ་དང་ཉེ་བའི་འདུ་བའི་རེའུ་མིག་

	ཅའི་མིང་	ཅའི་གནས་	བྱི་ལྷ་ལ་	མ།	ཅའི་བྱེད་ལས་
འདུ་ བ	གཟུགས་ཅན་	མཆན་མ་	ཤི་ཏ་ཤུ་རི་	འོ	རྟག་ཏུ་རྟག་གི་ཁམས་འབབ་པར་བྱེད་
	ཐུན་མེད་ས་མ་	འོག་སྟོ་	གྱི་ཏ་དེ་ལྷ་	འོ	བད་ཀན་འབབ་པར་བྱེད།
ཉེ་ འདུ།	ཐུ་སྟེན་མ་	བརྒྱ་ཆ་	སྟོར་ཏུ་	འོ	ཁྱེད་གི་རུས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
	སྟེར་བྲལ་མ་	བྱིན་པ་	སྟ་རྩ་ལྷ་	འོ	རྟག་ཏུ་རུལ་གྱི་ཁམས་འབབ་པར་བྱེད།

(5) དུར་ཁྲོད་དང་ཉེ་བའི་དུར་ཁྲོད།

སྟག་གྱ་ཞེས་བྱ་བ་གར། །
 ཆོལ་ནི་འབབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །
 བྱབ་མ་ཞེས་བྱ་བ་སྟན་བརྩོད་པར་བྱེད། །
 མཆེ་མ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །
 མ་རུ་ཞེས་བྱ་བ་འཆོད་མ་སྟེ། །
 ལུང་པ་མཆེལ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་འབབ། །
 ལྷ་ལུ་ཏ་ཞེས་ཡིད་བཟང་སྟེ། །
 རྟག་ཏུ་སྟ་ཆུ་འབབ་པ་ཡིན། །
 བདེ་མེད་དུར་ཁྲོད་དེ་ཉེ་བའོ། །

དེ་ལྟར་བཞི་ལས་དང་པོ་གཉིས་ནི་བྱི་རོལ་དུ་ལུ་བ་འདོར་ཞིང་། བླ་དུ་
 བདེའི་ཆོར་བ་མེད་པས་ན་དུར་ཁྲོད་ཅེས་དང་། བྱི་མ་གཉིས་ནི་དང་ཉེ་བའི་བྱིར་
 བ་ཉེ་བའི་དུར་ཁྲོད་ཅེས་བྱའོ། །

① ཐུ་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་གྱ།

② རིགས་གཉིས།

རྩེ་མོང་དང་ཉེ་བའི་རྩེ་མོང་གི་རེ་ལུ་མིག

	ཆའི་མིང་	ཆའི་གནས་	ཕྱི་རོལ་	ཅ།	ཆའི་བྱེད་ལས་
རྩེ་མོང་	ལྷ་གྲུ་མ་	རྒྱ་མོང་	རྒྱ་གར་	རྩྩ་	ཆེན་གྱི་ཁམས་འབབ་པར་བྱེད།
	གྲུ་མ་	མོང་མོང་	མིན་རྒྱ་	རྩྩ་	མཆིལ་མ་འབབ་པར་བྱེད།
ཉེ་བའི་	འཆོད་མ་	རྒྱ་མོང་	མ་རྩ་	རྩྩ་	ལུང་པ་དང་མཆིལ་མ་འབབ་པར་བྱེད།
རྩེ་མོང་	ཡིད་བཟང་མ་	ལུས་མོ་	ཀྲ་ལུ་	རྩྩ་	ནག་རྩ་རྩ་རྩ་དང་ལུས་འབབ་བྱེད།

ལྷ། དཀར་ཆའི་འཕོ་བའི་རིམ་པ་བཤད་པ།

༡ ཁམས་བརྩན་བརྩན་ཆ་གཉིས་འགྱུར་ཚུལ་བཤད་པ།

དེ་ལྟར་ཁམས་ནི་ཉི་ཤུ་བཞི། །

ཐིམ་པ་སྒྲིགས་པར་གྱུར་པ་སྒྲི། །

ལོངས་སྒྱུད་དྲུངས་མ་དཀར་ཆ་ཡིན། །

བདག་པོ་ཆ་བ་རྒྱང་ཁྲག་འདྲེས། །

རེ་རེའང་སྒྲོང་སྒྲག་གསུམ་གསུམ་སྒྲི། །

རྒྱང་དང་དཀར་དམར་གསུམ་བདག་ཉིད། །

བ་སྒྲུའི་མཐར་སྒྲག་གྲུ་ཏུ་བྱུང། །

དེ་ཡང་གནས་ཆའི་གཙོ་མོ་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི་ལ་འབབ་པའི་ཁམས་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི་པོ་
 རེ་རེ་ལའང་ཐིམ་པ་དང་། ལོངས་སྒྱུད་དང་། བདག་པོ་སྒྲི་གསུམ་རེའི་ཚུལ་དུ་
 གནས་ཡོད་པ་སྒྲི། དེའང་ཐིམ་པ་ཞེས་པ་ནི་ཁམས་ཀྱི་བྱེད་པ་རྒྱུགས་པའི་སྒྲིགས་མ་
 གྱུར་པ་སྒྲི་འདས་པ་དང་། ལོངས་སྒྱུད་པ་ཞེས་པ་དྲུངས་མ་དཀར་ཆས་ལས་
 བྱེད་བཞིན་པ་སྒྲི་ད་ལྟ་བ་དང་། བདག་པོ་ཞེས་པ་དྲུངས་མ་དཀར་ཆ་དེ་ཉིད་
 སྒྱུད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དྲུངས་སྒྲིགས་གཉིས་ཀའི་ཆ་བ་རྒྱང་ཁྲག་འདྲེས་པ་སྒྲི་མ་འོངས་པ་
 ཡིན་ནོ། དེ་རེ་རེ་ལའང་སྒྲོང་སྒྲག་གསུམ་རེ་སྒྲི། འདས་པ་རྒྱང་གི་བདག་ཉིད་
 ཅན་སྒྲོང་སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི། ད་ལྟ་བ་དྲུངས་མ་དཀར་ཆའི་བདག་ཉིད་ཅན་སྒྲོང་
 སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི། མ་འོངས་པ་དམར་ཆའམ་རྒྱང་ཁྲག་འདྲེས་མའི་བདག་ཉིད་
 ཅན་སྒྲོང་སྒྲག་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི། ལུས་ཀྱི་བ་སྒྲུའི་མཐར་སྒྲག་བར་

ཀྱན་རུ་བྱབ་པར་གནས་སོ། །

༡ ཐིག་ལེའི་དྲངས་མའི་འཕོ་ཚུལ་བཤད་པ།

བྱད་པར་དྲངས་མར་གྱུར་པ་སྟེ། །

སྒྱི་པོ་ནས་ནི་བརྩ་དུག་ཙ། །

ཁམས་བཞི་ལྡན་པ་མགིན་པར་འབབ། །

བརྩ་དུག་སྐྱེད་སྐྱེད་ཐིག་ལེ་ཅན། །

མེ་ལ་གཅིག་རུ་འབབ་པས་ན། །

དུང་ཅན་མཐར་ནི་འཇག་པར་བྱེད། །

ལུས་ཅན་ཀྱན་གྱི་སྒྲིང་དགའ་བས། །

ཆགས་བསྐྱེད་ཚྲིངས་བྱས་སྤང་སེམས་སྟེ། །

འཁོར་བ་བསྐྱེད་བྱེད་གཞིར་གྱུར་རྟོ། །

བྱད་པར་རུ་དྲངས་མ་ལྟ་བུ་ནི་སྒྱི་པོ་ནས་ཙ་བརྩ་དུག་བརྒྱུད་དེ། ཁམས་བཞི་
ལྡན་སྟེ་ཙ་བའི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་ལ། སའི་ས། སའི་ཚུ། སའི་མེ། སའི་རྒྱུང་ལ་སོགས་
པ་བཞི་བཞི་རེ་དབྱེ་བའི་ཙ་འདབ། ཐབས་ཤེས་གཅིག་རུ་བསྐྱེད་པའི་བརྩ་དུག་
ཡོད་པ་ལས། ཐིག་ལེ་ཡང་ཆ་བརྩ་དུག་མགིན་པར་འབབ། བརྩ་དུག་གི་སྐྱེད་
བརྒྱུད་སྒྲིང་གར་འབབ། དེའི་སྐྱེད་བཞི་སྟེ་བར་འབབ། དེ་ནས་ཆ་གཅིག་ཐིག་ལེ་
ཅན་དེ་ཉིད་སྟེ་བའི་ཨ་ཤད་གྱི་མེ་ལ་གཅིག་རུ་འབབ་སྟེ། དུང་ཅན་མའི་མཐར་
སྐྱེབས་པ་དང་། འཆིང་བར་མི་རྣམས་ན་སྐྱེར་འཇག་པར་བྱེད་ཅིང་། དཀར་ཆ་
འཕེལ་བས་ལུས་ཅན་གྱི་སྒྲིང་དགའ་བར་བྱེད་ལ། དེའི་སྐྱེར་འདོད་ཆགས་བསྐྱེད་
ཅིང་། ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཡེ་ཤེས་ངོ་མ་ཤེས་ཏེ། ཤིན་རུ་ཚྲིངས་པར་ཏེ་གཏི་
ལུག་བསྐྱེད། འཇག་ནས་ཆགས་པ་དང་བལ་ཏེ་སྤང་སེམས་སྟེ། དེ་ལྟར་འདོད་
ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཏི་ལུག་གསུམ་ནི་འཁོར་བ་བསྐྱེད་བྱེད་གཞིར་གྱུར་རྟོ། །དེ་
ཡང་རྣལ་འབྱོར་མ་ཀྱན་སྒྲོལ་ལས། འོད་དཔག་མེད་དང་རིན་ཆེན་འབྱུང་། །
འཁོར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཙ་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཁམས་འཕོ་བའི་རིམ་པ་འདི་
ལ་བླ་གནས་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། འཆོ་བའི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་གནས་དེ་དང་དེར་གཏར་

སྤྲེགས་ལ་སོགས་སྒྲན་དབྱང་བྱས་ན་ཉེས་པ་བསྐྱེད་པར་བཤད། སྒྲ་གནས་འཕོ་
 ཚུལ་ལའང་རྩས་འཁོར་ཙ་རྒྱུད་གྱི་ལྷགས་དང་། བསྐྱེས་རྒྱུད་གྱི་ལྷགས་གཉིས་ཡོད་
 པ་རེད།

ལ་བཅད་བཞི་པ། གཉིས་མོའི་ཐིག་ལེ་འཆིངས་བའི་རིམ་པ།

གཅིག །གང་གིས་འཆིང་བ།

རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ཐབས་ལྡན་པས། །

འཇག་བྲལ་དབྱལ་རྒྱ་ལྟ་བུར་ནི། །

ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་གྱི་མེས་བཅིངས་ན། །

བྱང་སེམས་ཐིག་ལེ་དེ་འཕོས་པས་གཉིས་སྒྲར་འཁོར་བའི་རྒྱ་བྱེད་པ་གོང་རྩ་
 བཤད་པ་ལྟར་དང་། རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་བཞིན་འཕོ་མེད་བཅིངས་པའི་ཐབས་
 ལ་འབད་པ་དང་ལྡན་ན། ལྡན་སྒྲིས་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་རྒྱ་
 བྱེད་ཅིང་ཡོད་པས་ན་འཕོ་མེད་བཅིངས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དཔེར་ན།
 མེ་ནི་དབྱལ་རྒྱའི་དག་ཡིན་ཡང་། དབྱལ་རྒྱ་འཆིང་བའི་རྣམ་དང་བཅས་པས་
 ཐབས་མཁས་གྱི་སྒྲོ་ནས་མེས་བཅིངས་ན། ལེགས་པར་འཆིང་བྱས་བ་བཞིན་དུ།
 ཕྱག་རྒྱའི་སྒྲེ་གནས་ནི་བྱང་སེམས་ཐིག་ལེ་གནས་པའི་དག་ཡིན་ཡང་། རྒྱལ་བས་
 གསུང་པའི་ཐབས་བཞིན་དུ་ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ། ཆོས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ། ཡེ་ཤེས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་
 རྟེ་ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་གྱི་མེས་ཁམས་དེ་འཇགས་མེད་དུ་བཅིངས་ན།

གཉིས། འཆིང་བའི་རིམ་པ།

རྒྱལ་མཆོན་ཙ་བཞི་དག་པ་བྱ། །

འགགས་པས་བདེན་མཐོང་དོན་ལ་སྒྱུར། །

རྗེས་དྲན་བཅུ་དྲུག་དང་ལྡན་པས། །

བརྟན་བྱས་ཀྱིན་ལ་འགོ་བ་ཡིན། །

ས་ནི་བཅུ་གཉིས་རིམ་པ་ལྟར། །

ཐོབ་བྱེད་དགའ་བ་བཅུ་དྲུག་ནི། །

མཐར་སོན་རྟེན་འབྲེལ་བརྩམས་དག།

ཁམས་འཛིན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་མཚན་ཏེ་གསང་བ་ནོར་བུའི་རྩ་བའི་འཕོ་
མེད་གྱི་རྟེན་རུ་དག་པར་བྱས་ཏེ། ཁམས་བཅིངས་པ་ན་རུས་སྒྱུར་གཅིག་གི་རྒྱུར་
འགགས་པས་བདེན་པ་མཐོང་བའི་དོན་ལ་སྒྱུར་ཁིང་། ས་དང་པོ་མཐོང་ལམ་
ཐོབ་པར་བྱེད་དོ། རྗེས་དྲན་རུ་བསྐྱེམ་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་དགའ་བ་བརྩམས་
རྒྱལ་དང་ལྷན་པས། ཐིག་ལེ་འཕོ་མེད་བརྟན་པར་བྱས་པས་རང་བཞིན་གྱི་ཁམས་
དེ་གྲེན་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་སྟེ། དེ་ལྟར་སོང་བས་ནོར་བུ་ནས་གཙུག་གཏོར་བར་གྱི་
འཁོར་ལོ་སོ་སོའི་ལས་རྒྱུར་རིམ་པར་འགགས་ཤིང་། ས་གཉིས་དེ་ཐོབ་པས་གཙུག་
གཏོར་རུ་ས་བརྩམས་འཐོབ་པར་བྱེད་དོ། དེ་ལྟར་ཐིག་ལེ་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་
བ་བརྩམས་མཐར་སོན་པའི་ཆོ། ཁམས་དང་ལྷན་ཅིག་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་རྟོག་
འཆིངས་ཤིང་ཡེ་ཤེས་སུ་དག་ནས། འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བརྩམས་
གཉིས་ལུགས་ལྟོག་རུ་འགགས་ཤིང་དག་པར་འགྱུར་རོ།

དགའ་བ་བརྩམས་སྒྱེད་པའི་རིམ་པ། དེ་ཡང་སྤྱི་རོལ་རུ་ཟླ་བ་ལ་དཀར་
སྒྱུགས་གྱི་ཆ་བཙོ་ལྷ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྩམས་པ་གཅིག་དང་། བཀ་སྒྱུགས་གྱི་
ཆ་བཙོ་ལྷ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྩམས་པ་སྟེ་སུམ་བརྩམས་གཉིས་ཡོད་ལ། དཀར་
སྒྱུགས་གྱི་ཆོས་གཅིག་ནས་ལྷའི་བར་སྤང་པོ་ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་
ནས་བརྩམས་པར་ཁམས་ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། བརྩམས་བཙོ་ལྷའི་བར་
དབང་པོ་ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། ཆ་བརྩམས་པ་ནི་སྤང་ཁམས་སྒྱེ་མཆེད་གྱི་
ཆ་རྣམས་འགག་པའི་དགའ་བ་ཡིན། འདི་ལ་ཡས་འབབ་གྱི་དགའ་བ་བརྩམས་
ཉིད་ལ་རྩ་བ་སྒྱུར་བ་རྗེས་དྲན་སྐྱེམ་ལམ། མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་བརྩམས་
པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོབ་ལམ་ཡིན་པས། དེའི་ཆོ་དཀར་དམར་དག་པའི་འབྲས་
བུ་དཔེ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ། འཆིངས་བའི་འབྲས་བུ།

ལུས་ཀྱན་མཚན་དཔེའི་མེ་ཏོག་རྒྱས། །

སྐད་ཅིག་མངོན་པར་བྱང་རྒྱལ་ཅེས། །

བཅོམ་ལྡན་དེ་ཉིད་གཟིགས་པས་གསུངས། །

གཞི་རྒྱས་ཀྱི་ཁམས་དཀར་དམར་དག་པས། འབྲས་རྒྱས་སུ་ལྷན་མཆོན་
དཔེའི་མེ་ཏོག་རྒྱས་ཤིང་། སྐད་ཅིག་གིས་མངོན་པར་བྱང་རྒྱལ་པའི་སྐྱ་མཆོག་
མཆོན་དཔེས་རྒྱན་པ་ཅན་རྒྱ་འཁྱར་བ། བཅོམ་ལྡན་དེ་ཉིད་གཟིགས་པས་གསུངས་
པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་ལྔ་པ། རིག་ལེའི་སྒྲིན་བསལ་བ་བསྟན་པ།

གཅིག །སྒྲིན་གྱི་གཞི་དོས་བསྐྱེད་པ།

སྟིགས་མ་པལ་ཆེར་ནད་བསྐྱེད་པ། །

ལྷན་པ་དཀར་ཆ་བད་ཀན་ཏི། །

སྟིང་རྒྱ་གནས་ཀྱང་ས་རྒྱ་ཡི། །

རང་བཞིན་སྤར་ལ་འབྱུང་བ་སྟེ། །

སྟེ་བ་གསང་བ་རྒྱང་རང་བཞིན། །

འོག་རྒྱ་གནས་ཀྱང་གྲེན་ལ་འགོ། །

མཁྱིམ་ཁྱག་མཆིན་བཞེན་བར་གནས་ཀྱང་། །

རྒྱང་ལྡན་མེ་བཞིན་གྲེན་རྒྱ་འབར། །

བད་ལྡན་རྒྱ་བཞིན་འོག་རྒྱ་འགོ། །

བད་ཀན་གཏི་ལྷག་ལྡན་པ་སྟེ། །

མཁྱིམ་པ་ཞི་སྤང་ལྡན་ཅིག་ཉིད། །

རྒྱང་དང་ཆགས་ལྡན་ཀྱན་གྱི་གྲོགས། །

དེ་ཡང་དྲངས་སྟིགས་གཉིས་ལས་སྟིགས་མ་པལ་ཆེར་བས་ནད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།
དཀར་ཆའི་སྟིགས་མ་བད་ཀན་ནི་ལྷན་གྱི་སྟིང་སྟོགས་ལྷན་པ་གནས་ཀྱང་། ས་
རྒྱའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་སྤར་རྒྱ་འབྱུང་བས་སྤང་ནད་བསྐྱེད་པ་དང་། སྐྱ་གཅན་
དེ་རྒྱང་གི་སྟིགས་མས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱང་ནད་སྟེ་བ་དང་། གསང་གནས་སོགས་འོག་
རྒྱ་གནས་ཀྱང་། རྒྱང་གི་རང་བཞིན་གྲེན་རྒྱ་འགོ་ནས་ལྷན་གྱི་སྟིང་ནད་བསྐྱེད་པ།

དམར་ཆས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིགས་མ། མཁྱིམ་པ་ཁྲག་ནི་མཆིན་པ་ལ་བརྟེན་བར་ན་
གནས་ཀྱང་། གྲོགས་རྒྱུད་དང་ལྷན་ན་མེ་བཞིན་གྱིན་ཏུ་འབར་ཞིང་སྟོང་ནད་
བསྐྱེད་ལ། གྲོགས་བད་ཀན་དང་ལྷན་ན་རྩ་བཞིན་འོག་ཏུ་འགོ་ཞིང་སྟོང་ནད་
བསྐྱེད་དོ། དེ་ལྟར་ནད་གཞི་གསུམ་པོ་དེའི་རྩ་བ་ཡང་རྟག་གསུམ་ཡིན་ཏེ། བད་
ཀན་ནི་གཏི་ལྷག་དང་ལྷན་པས་བསྐྱེད། མཁྱིམ་པ་ནི་ཞེ་སྤང་དང་ལྷན་ཅིག་པས་
བསྐྱེད། རྒྱུད་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པས་བསྐྱེད་པ་མ་ཟད། བད་གཞན་
རྣམས་ཀྱིས་གྲོགས་བྱེད་དོ། །

གཉིས། དེས་སྟོན་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན།

རྩ་མེ་རྒྱུད་གསུམ་ནད་ཡིན་ཏེ། །

ལུས་ལ་ནད་བྱེད་སེམས་ལ་ཡང་། །

བདེ་དང་རྟོག་དཔྱད་རྟོག་པ་གཡོ། །

གསུམ་གྱིས་བསམ་གཏན་སྟོན་ཡིན་ལ། །

དེ་ཡི་རྒྱ་ཡིས་འཇིག་རྟེན་འཇིག་ །

རྩ་མེ་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་སྒྲིགས་མ་ནད་ཡིན་ཏེ། དེས་ལུས་ལ་ནད་བྱེད་པ་ཙམ་རྟ་
མ་ཟད། སེམས་ལ་ཡང་བདེ་བ་དང་། རྟོག་དཔྱད་དང་། རྟོག་པ་གཡོ་བ་གསུམ་
གྱིས་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོན་བྱེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྟོང་གྱི་འཇིག་རྟེན་འཇིགས་
པའི་རྟེན་བྱེད་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་དགའ་བདེ་རྩ་ལྟ་བུ་ཡོད་པས་དེའི་
གནས་རྒྱས་འཇིག །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་རྟོག་དཔྱད་མེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པས་དེའི་
གནས་མེས་འཇིག །བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་
ཡོད་པས་ན་དེའི་གནས་རྒྱུད་གིས་འཇིག་པའོ། །

གསུམ། སྟོན་དེ་བསམ་པའི་ཐབས་བཤད་པ།

མཁའ་དང་ས་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི། །

རྟེན་བྱེད་སྟོན་ནི་མེད་པ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི། །

གནད་ཤེས་གསུམ་པོའི་སྒྲིན་གཞིམ་བྱ། །

འབྲུང་བ་སྟོང་པ་ནམ་མཁའ་དང་ས་གནིས་ཀྱིས་འབྲུང་བ་འབྲུགས་པ་སེལ་ནིང་
 རྟེན་བྱེད་དེ། རམ་མཁའ་གོ་འབྲེད་པ་དང་། ས་ཡིས་དེ་དག་གི་རྟེན་གཞི་བྱེད་
 པས་སྟོང་འཇིག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་མི་བྱེད་པ་ལ། རང་རྩ་གཤམ་སེལ་བ་ལ་
 སོགས་ཀྱང་འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པས། དེའི་ཕྱིར་མཁའ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་གནིས་ཀྱི་
 གནད་ཤེས་ན། རང་གཞི་གསུམ་པོ་དེའི་སྒྲིན་གཞིམ་པར་བྱའོ། །དེའི་གནད་ནི་
 རྒྱང་ཕྱིར་དབྱུང་བས་མཁྲིས་པ་འཛོམས། རྟེང་འོག་ཁ་སྐྱར་རྩ་བཟུང་བ་ལས་བད་
 ཀན་དང་། འོག་རྒྱང་ཁོ་ན་བཟུང་བས་རྒྱང་གི་ནད་གཞིམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་བྱས་པ། མྱིའི་པན་ཡོན་བཟུན་པ།

དེ་ལྟར་རྣམས་སྤགས་རྒྱང་གསུམ་གྱི།

ཐིག་ལེ་མ་རིག་དང་འབྲེལ་བས། །

འཁོར་བ་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་སྟེ། །

ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པས་གཉེན་པོར་བཤད། །

སྟོམ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། །

བཙམ་ལྡན་རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཡིས། །

ཡུན་རིངས་ཆགས་ཆེན་དབང་སོང་བས། །

སྲིད་པ་གསུམ་རྩ་སྐྱེས་པ་རྣམས། །

དེ་དག་གོལ་བའི་དོན་རྩ་ནི། །

རྣམས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན། །

ཞེས་ཆེན་པོའི་དབང་སོང་བས། །

མི་གང་མ་སྐྱར་པ་ཡི་ལྷས། །

དེ་རྣམས་སྐྱར་རྩ་གོལ་དོན་རྩ། །

སྤགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན། །

གཏི་མུག་ཆེན་པོས་ཀྱན་ནས་འབྲུལ། །

སྲིད་སྒྲོབ་དངོས་གྲུབ་འབྲས་བྱ་བརྒྱད། །

ཐོབ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་འབྲས་བྱ་ནི། །
 རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན། །
 དེ་ལྟར་ཅ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་གསུམ། །
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་སྤང་བ་ནི། །
 རྟེན་གྱི་རྩོམ་ཆེའི་ལུས་ཞེས་གསུངས། །

དེ་ལྟར་རྣམས་སྤགས་རྒྱང་གསུམ་གྱི་ཐིག་ལེ་དེ་རྣམས་མ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་
 ལས་འཁོར་བ་བསྐྱེད་པར་དང་། ཐབས་ཀྱིས་བྱིན་པས་གཉེན་པོར་གྱུར་པར་
 བཤད་དོ། །འཆིང་བྱེད་རྣམས་སྤགས་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོ་སྤྱང་གཞི་གསུམ་
 དང་སྤྱར་ནས། སྒོམ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། བཅོམ་ལྡན་རྩོམ་ཆེའི་སེམས་དཔའ་ཡིས་
 གྱེ་རྩོམ་ཆེ་དང་། བཤད་རྒྱུ་རྩོམ་ཆེའི་ཕྱིང་བ་ལས།

༡ དེ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡུན་རིང་པོར་འདོད་ཆགས་ཆེན་པོའི་དབང་རུ་
 སོང་བས་སྲིད་པ་གསུམ་རུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ། དེ་དག་གི་རྒྱུད་གྲོལ་བའི་དོན་རུ་
 དཀར་དམར་རྣམས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུང་པ་ཡིན།

༢ ཞེ་སྤང་ཆེན་པོའི་དབང་གིས་མི་གང་ཞིག་རྒྱུད་མི་སྤྱན་པའི་ལུས་སུ་སྐྱེས་པ་དེ་
 རྣམས་ལྟར་རུ་གྲོལ་བའི་དོན་རུ། སྤགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན།

༣ མི་གང་གཉི་ལྷག་ཆེན་པོས་ཀྱན་ནས་འབྲེལ་པ་རྣམས། སྲིད་པ་གསུམ་ལས་
 སྐྱེབ་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་བརྒྱུད་
 དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་
 ལྟར་གོང་གི་ལེའུ་རྣམས་སུ་བསྟན་པའི། ཅ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་གསུམ་སྤམ་ལས་སྤྱི་མ།
 གཅིག་ལས་གཅིག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་སྤང་བ་ཡིན་ལ། འདིའི་ཅ་བ་འོད་གསལ་
 ཡིན་པས་དེས་ན་ལྟན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་རུ་གྱུར་པ་ཅ་ཐིག་རྒྱང་གསུམ་འཆོགས་
 པའི་རྩོམ་ཆེའི་ལུས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་འདི་ལྟར་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

ལེབ་བྱས་པ།

གནས་སྐབས་བཞིའི་ཤེས་པ་བཤད་པ།

དེ་ནས་རྣམ་ཤེས་སོགས་འབྲེལ་བ། །
 མདོར་བསྡུས་རགས་པ་བཤད་པར་བྱ། །
 ཐོག་མར་བསྐྱེད་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད། །
 གནས་དུས་གནས་སྐབས་བཞི་ཡིན་ཏེ། །
 གཉིད་དང་མི་ལམ་སྟོམས་འཇུག་དང་། །
 མ་དག་སྐྱ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཡིན། །

དེ་ཡང་ཅ་ཚུང་ཐིག་ལེ་གསུམ་བཤད་པ་དེ་ནས་གཞི་ལ་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་
 དང་། གནས་སྐབས་བཞི། དེའི་རང་བཞིན་ལེ་ཤེས་བཞི། ལམ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི།
 འབྲས་བུ་སྐྱ་བཞི་ལ་སོགས་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཕྱིར་བཤད་སྟོང་པ་ག་
 ཏུ་མེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་མདོར་བསྡུས་ན་རགས་པ་ཅུ་ཞིག་བཤད་པར་བྱ་
 གྱེ། ཐོག་མར་གནས་སྐབས་བཞིའི་འཆར་གཞི་ལྷན་བསྐྱེད་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་
 པ་ལྟར་ལ། ད་ལྟ་ལྷན་འདི་ལ་སེམས་གནས་པའི་དུས་ལ་གནས་སྐབས་བཞི་ཡིན་
 ཏེ། གཉིད་དང་། མི་ལམ་དང་། སྟོམས་འཇུག་དང་། ཐ་མལ་པའི་དུས་དང་རྣམ་
 པ་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་དག་གཞིའི་དུས་འདིར་དྲི་མས་མ་དག་པའི་སྐྱ་བཞིའི་གནས་
 སྐབས་ཡིན། །

ས་བཅད་དང་པོ། གཉིད་འཇུག་པོའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

གཅིག །མ་དག་པའི་ངོ་བོ།

དབྱེ་བ་རྣམ་པ་མང་བཤད་ཀྱང་། །
 གཉིད་དུས་ཀྱན་གཞི་གཙོ་བོ་སྟེ། །
 སྟོང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་གནས། །

ཚོགས་རྒྱལ་མི་གསལ་གཅིག་ཏུ་བརྟུམ། །

དག་ན་འོད་གསལ་འབྲས་བུ་ནི། །

མི་ལོང་ལྟ་བུ་ཞེས་གྲང་བ། །

ཚོས་སྐྱོས་བུལ་ངོ་བོ་ཉིད། །

དེ་ཡང་རྒྱུད་འགྲེལ་རྣམས་སུ་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་དབྱེ་བ་མང་ཏུ་བཤད་གྲང་།
འདིར་ནི་གནས་སྐབས་བཞི་ལས། གཉིད་འབྲུག་པའི་རུས་སུ་ཚོགས་བརྒྱད་ལས་
ཀུན་གཞི་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། གནས་སྤྱིང་ག་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ། ཚོགས་རྒྱལ་གི་རྒྱ་
བ་མི་གསལ་བ་ཀུན་གཞི་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྟུམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ཤིང་། གཉིད་
འབྲུག་གི་འབྲུལ་པ་དེ་མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་དང་། དག་ན་
འོད་གསལ་གྱི་འབྲས་བུ་མངོན་ཏུ་གྱུར་པ་མི་ལོང་ལྟ་བུ་ཡེ་ཤེས་ཅེས་གྲང་བུ་ཞིང་།
སྐྱ་བཞི་ལས་ཚོས་སྐྱ་ཡིན་ལ། སྐྱོས་བུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་ན་ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་
སུ་བཞག་ཚོག་ཅིང་། དེ་ཡང་འདི་ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་སུ་འཛོག་ན་ཆགས་པའི་
གནས་སྐབས་མི་ལོང་ཡེ་ཤེས་འཛོག་དགོས།

གཉིས། དྲི་མ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་ཚུལ།

བག་ཆགས་བརྟེན་གྲང་མི་གསལ་ཞིང་། །

འདུ་བྱེད་གཡོ་བའི་རྒྱུན་ཡོད་སྤྱིར། །

མ་རིག་དྲི་མ་ཅན་ཞེས་བྱ། །

གང་ཟག་ཚོས་ལ་བདག་མེད་པ། །

གཅིག་དང་སྤྱེད་དང་གཉིས་དང་གཉིས། །

རིམ་པར་གཉིན་པོའི་ཤེས་པ་སྤྱི། །

དེས་སྦྱངས་ཐེག་གསུམ་སོ་སོ་ཡི། །

རྒྱན་མཐའ་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཡིས། །

དྲི་བཅོམ་དག་པ་གསུམ་ཐོབ་གསུངས། །

དེ་སྤྱིར་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པའི། །

ཉིན་མཚན་གཉིས་ཀྱི་འོད་གསལ་བསྟོམ། །

ནམ་ཀུན་མཆོག་ལྷན་སྦྲེང་པ་ཉིད། །

ཕུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་རོལ་པར་བྱ། །

སྤྱང་བྱ་མ་དག་པའི་དྲི་མ་ནི། གཉིད་འཕྲུག་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཀུན་གཞི་ལ་
བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ཀྱང་། དམིགས་ཆོས་ནམས་མངོན་དུ་མི་གསལ་
ཞིང་། ཀུན་གཞི་དེ་ལ་བརྟུན་པ་ཡིད་གིས་འདུ་བྱེད་གཡོ་བའི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་
ན། མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ངོ་བོ་མ་རིག་པ་ཡིན་པས་ན་དྲི་མ་ཅན་ཞེས་བྱ་
སྟེ་སྤྱང་བྱ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་སྤྱང་བྱ་ཀུན་གཞི་དེ་གང་གིས་སྤྱང་དགོས་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་པའི་
ལུགས་ལྟར་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་དུ་བྱང་པོ་ལ་བདག་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་
གི་སྒོ་བཞིའི་གཞེན་པོར་བདེན་བཞི་མི་རྟག་བརྟུ་དུག་བསྐྱེམས་པས། ལམ་གང་
ཟག་གི་བདག་མེད་དེའི། ཉན་ཐོས་རང་ལམ་གྱི་མཐོང་སྒྲོམ་གཉིས་གྱི་རྒྱུ་མཐའ་
དེ་ལ་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་ཟེ།

རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་དུ་བཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པས་ན་བདག་མེད་བྱེད་དང་
གཉིས་གྱིས་ཆེ་བའི་རང་ལམ་གྱི་མཐོང་སྒྲོམ་གཉིས་གྱི་རྒྱུ་མཐའ་དེ་ལ་དོ་རྩེ་ལྟ་
བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་ཟེ།

བདག་མེད་གཉིས་གྱི་ཆེ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་རྒྱུ་མཐའི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་
ངེ་འཛིན་ཏེ། དེ་ལྟར་རིམ་པར་གཞེན་པོ་འཕགས་པ་གསུམ་གྱི་སོ་སོའི་ལམ་གྱི་
ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་དེས་སྤྱངས་པས། རང་རང་ལུགས་གྱིས་རྒྱུ་མཐའི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་
ཡིས། མ་རིག་པའི་དྲི་མ་ནམས་བཙོམ་ནས་སོ་སོའི་ལམ་གྱི་མཐའ་ཐུག་པའི་དག་
པ་གསུམ་ཐོབ་པར་གསུངས། དེ་ཡང་ཐེག་ཆེན་རྒྱུ་མཐའི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་
འཛིན་གྱིས་ཀུན་གཞི་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ཞིང་། ཐེག་དམན་གཉིས་གྱིས་བརྒྱད་པའི་
སྒོ་ནས་སྤྱང་བ་ཡིན་པ་ལས། དངོས་སུ་ཐེག་དམན་གཉིས་གྱི་ལུགས་ལ་ཀུན་
གཞིའི་ནམ་བཞག་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསང་བ་སྤྲུགས་གྱི་ལུགས་ལྟར་ན། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་འོད་གསལ་གྱི་མཐར་
ཀུན་གཞི་རྒྱུ་པར་བཤད་ལ། ཀུན་གཞི་སྤྱང་བའི་ལམ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ནི་

སྐྱགས་ལ་རགས་ལས་པ་ཡིན་སྟེ། ཆོ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པས་
གསལ་ལ་མི་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི། ཉིན་མཆོན་གཉིས་ཀྱི་འོད་གསལ་
བསྐྱེམ་པར་བྱ་སྟེ། ཉིན་མཆོན་གྱི་འོད་གསལ་དེ་ཡང་། མཆོན་མོ་ལ་སྐྱབ་འཇུག་
གཉིས་དང་། ཉིན་མོའི་འོད་གསལ་གཉིས་སུ་བྱས་ཤིང་། འོད་གསལ་དེ་ནི་རྣམ་
ཀུན་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་བསྐྱེམ་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་རོལ་པ་
ཞེས་ཟེར། རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་ཞེས་པ་དེ་ནི། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་
གསལ་བ་བཞག་པ་གཅིག་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་ཐབས་ཀྱི་ཆའི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་དང་ལྡན་པ་ལ་བཞག་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདི་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་ཆོག་
པ་ཞིག་གོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

གཅིག །དག་པ་དག་མ་དག་པའི་ངོ་བོ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་མི་ལམ་ཤེས་པ་ནི། །

བག་ཆགས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཡིད། །

སྟོག་རྒྱུད་འདུ་བྱེད་བཅས་ཏེ་ལངས། །

ཅ་ནས་བརྒྱུད་དེ་བཟུང་དང་འཛིན། །

གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

དག་ན་ལོངས་སྟོང་རྫོགས་པ་སྟེ། །

གསལ་ལ་མ་འདྲེས་སྟོང་པར་གནས། །

དེ་ཡང་གནས་སྐབས་གཉིས་པ་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་ནི། གཉིད་འཇུག་པའི་རུས་
སུ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྟེང་ན། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་བག་ཆགས་ཀྱི་སྟེན་གྱིས་
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད། སྟོག་རྒྱུད་གི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་འདུ་བྱེད་ལངས་པ་
ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ལུས་ཀྱི་ཅ་གནས་རྣམས་བརྒྱུད་དེ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་
མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི། གཉིས་སྤང་གིས་འབྲུལ་པར་བྱེད་པའི་སྤང་བ་འབྲུང་བ་ནི་མ་
དག་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ལ། མི་ལམ་གྱི་འབྲུལ་པ་དེ་དག་ན་ལོངས་སྟོང་

རྫོགས་པའི་སྤྱི་ཡིན་ཏེ། དུལ་སྤྲང་སེམས་གསུམ་གསལ་ལ་མ་འདྲེས་པར་སྤྲང་སྤྲང་
དབྱེར་མེད་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས། ཆི་ལམ་གྱི་སྤྲང་བ་བཤད་པ།

༡ གནས་ཀྱི་ཁྱེན་གྱི་ཆི་ལམ་འཆར་ཚུལ།

མ་དག་འབྲུལ་པའི་སྤྲང་བ་ཡང་། །

སྤྲང་སོང་སྤྱི་བོར་ལྟ་ཡུལ་དང་། །

མཁའ་སྤྲང་མཐོར་སྤྱོད་གྱེན་ཏུ་འགྲོ། །

གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་མ་འདྲེས་འཆར། །

འོག་སྒོ་དཔུལ་སོགས་སྤྲང་བ་དང་། །

ཐུར་འགྲོ་བྲག་རོང་ཐིམས་པོ་དང་། །

ཐུན་ཁུང་སོགས་འཆར་སྤྲང་བ་འབྱུང་། །

བར་ཏུ་སྤྱིང་བཞི་ས་སྤྲང་སྤྲི། །

མདུན་གཡས་རྒྱབ་དང་གཡོན་སྤྱོགས་སུ། །

ཤར་སྒོ་ཐུབ་བྱང་སྤྲང་བ་འབྱུང་། །

ཅ་གནས་ཡངས་ལ་ཡངས་པར་སྤྲང་། །

དོག་ལ་དོག་སྤྲང་དེ་བཞིན་ཏུ། །

དེ་ཡང་མ་དག་འབྲུལ་པའི་སྤྲང་བ་དེ་ནི། ཅ་དང་གནས་ཀྱི་
ཁམས་ཀྱིས་ཆི་ལམ་ཏུ་མ་འཆར་ཏེ། ཡིད་སྤྱོད་རྒྱུང་དང་བཅས་པ་དེ་ཅ་གནས་
སྤྲང་ཏུ་སོང་ནས་སྤྱི་བོར་ཆི་ལམ་ཤར་ན་ལྟ་ཡུལ་དང་། བམ་མཁའ་དང་། རི་
མཐོན་པོ་དང་། གྱེན་ཏུ་འགྲོ་བ་ཆིས་པ་དང་། མིག་དང་ན་བ་ལ་སོགས་པར་སོང་
ནས་ཆི་ལམ་ཤར་ན། གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་མ་འདྲེས་པ་གསལ་བར་འཆར་བ།
ཡིད་རྒྱུང་དེ་ཅ་གནས་འོག་ཏུ་སོང་ན། དཔུལ་བ་ལ་སོགས་ངན་སོང་གི་གནས་ཀྱི་
སྤྲང་བ་དང་། ཐུར་ཏུ་འགྲོ་བ། བྲག་རོང་འཐིབ་པོ་དང་། ཐུན་ཁུང་ལ་སོགས་པའི་
སྤྲང་བ་འབྱུང་བ། དུས་ཀྱི་བར་ཏུ་སོང་ན་སྤྱིང་བཞི་ས་སྤྲང་གི་སྤྲང་བ་དང་།
མདུན་ཏུ་སོང་ན་ཤར་སྤྱོགས་དང་། གཡས་སྒོ། རྒྱབ་ཐུབ། གཡོན་བྱང་གི་སྤྲང་བ་

འཆར་བ། ཅ་གནས་ཡངས་བར་སོང་ན་ཡུལ་ཡངས་པར་སླེབས་པའི་སྤང་བ་
དང་། ཅ་གནས་དོག་པར་སོང་ན་ཡུལ་དོག་པའི་གནས་སུ་སླེབས་པའི་སྤང་བ་
བཅས་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད།

༡ ཁམས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་མི་ལམ་འཆར་ཚུལ།

ཁམས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཡུལ་དེར་ཡང་། །

རྒྱང་ལ་རྫས་དང་གོས་སྟོན་ག།

བྱ་ནག་འཕུར་དང་རྟ་ཞོན་དང་། །

ནོར་བུ་སྟོན་དང་རིག་པ་དངས། །

ཡང་ན་མི་བརྟན་དུ་མ་འཆར། །

མཁྱིས་ཁྲག་གནས་སོང་མེ་དང་ནི། །

གོས་དམར་ས་དང་གསེར་སྤང་དང་། །

བཅུན་པ་དེ་བཞིན་སྤྲོ་ཚོགས་དང་། །

བད་ཀན་དཀར་ཆའི་གནས་རིག་ན། །

ཆུ་དང་ཁ་བ་ཕྱ་ཉིག་དང་། །

གོས་དཀར་བྱད་མེད་སྤང་པོ་དང་། །

དཔུལ་སོགས་དུ་མ་སྤང་བ་སྟེ། །

རི་ལྟ་ཅ་རྒྱང་ཁམས་ཀྱི་རིམ། །

བག་ཆགས་ལ་བརྟེན་སྤང་བ་ནི། །

རྒྱལ་བས་འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱད་གསུངས། །

དེ་བཞིན་དུ་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཁམས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་འབྱུང་སྟེ། རྒྱང་གི་
གནས་སུ་ཡིད་སྟོག་རྒྱང་དང་བཅས་པ་དེ་སོང་ན། རྫས་དང་གོས་སོགས་སྟོན་པོ་
དང་། ནག་པོ་སྤང་བ་དང་། བྱ་ནག་འཕུར་བ། རྟ་ལ་ཞོན་པ། ནོར་བུ་སྟོན་པོ་
མིས་པ་དང་། རིག་པ་དུངས་བ། ཡང་ན་ཡུལ་སྤང་མི་བརྟན་པ་དུ་མར་འཆར་
བའོ། མཁྱིས་པའི་གནས་སུ་སོང་ན། མེ་དང་གོས་དམར་པོ་དང་། ས་དང་
གསེར་དང་། བཅུན་པ་ལ་སོགས་དམར་པོའི་སྤང་བའི་མི་ལམ་སྤྲོ་ཚོགས་འཆར་

བའོ། །བད་ཀན་གྱི་གནས་སྤྱོད་ན། རྒྱ་དང་། ལ་བ་དང་། ལྷ་ཏིག་དང་། གོས་
དཀར་པོ་དང་། རུད་མེད་དང་། སྤང་པོ་དང་། དབུལ་ལ་སོགས་པའི་མི་ལམ་གྱི་
སྤང་བ་སྤྲོ་ཚོགས་འཆར་རོ། །དེ་ཡང་ཙ་རྒྱུད་ཁམས་གྱི་རིམ་པ་དང་། དེས་
བསྐྱེད་པའི་ཁམས་གྱི་བག་ཆགས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་སྤང་བ་སྤྲོ་ཚོགས་འབྱུང་
ཚུལ་ཀློང་པའི་སྒོར། རྒྱལ་བས་འཇམ་དཔལ་ཙ་རྒྱུད་ཏུ་གསུངས་སོ། །

གསུམ། གནད་འཆིང་ཚུལ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།

༡ མི་ལམ་ལ་གནད་ཏུ་བརྩུན་པའི་དགོས་པ།

དེ་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པ་ན། །

གང་གང་ཙ་རྒྱུད་ཁམས་བག་ཆགས་རྣམས། །

དག་དང་མ་དག་འདིས་ཤེས་ཤིང་། །

བར་དོ་ཕྱི་མའི་འཕོ་བ་ཡི། །

སྤང་བའི་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། །

བག་ཆགས་གྱི་དབང་གིས་མི་ལམ་སྤང་བ་དེ་ཕྱིར་ཙ་རྒྱུད་གི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་
པས་ན། གང་དང་གང་གི་ཙ་རྒྱུད་ཁམས་དང་བག་ཆགས་རྣམས་དག་པ་དང་། མ་
དག་པའི་དབྱེ་བ་ནི་མི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་འདིས་ཤེས་ཤིང་། མི་ལམ་དང་བར་དོ་ཚུལ་
མཚུངས་པས་བར་དོའི་གདམས་པའི་ཚོད་འཛིན་དང་། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མའི་གནས་
སྤྱོད་འཕོ་བ་ཡི། སྤང་བ་འབྱུང་ཚེ་ལམ་གང་ཏུ་འགོ་བའི་ཚོད་འཛིན་ཀྱང་བྱེད་པས་
ན། མི་ལམ་ལ་གནད་ཏུ་བརྩུན་ནས་སྤྱོད་དགོས།

༢ གནད་འཆིང་ཐབས་དངོས།

དེ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་ཐུག་རྒྱ་བཅིང་། །

དེ་སོགས་རྒྱ་འབྲས་ཏུ་མ་རྣམས། །

འདིར་ནི་རྒྱས་པར་མ་བསྟན་ཏོ། །

རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་འབྲལ་པའི་མི་ལམ་གྱི་ཏུས་སྤང་བ་ལྟ་སྤྱོད་ལ། ཐུགས་པ་
སྤྱགས་སོགས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ཉིད་སྤྱོད་ལྟ་བུར་བསྐྱོམ་པ་ཡེ་ཤེས་ཐུག་རྒྱས་
བཅིངས་པ་སྟེ། དེའང་མི་ལམ་སྤངས་པ་དང་། བསྐྱུར་བ། སྤེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྩ་མ་མདོ་རྒྱད་རྣམས་སུ་གསུངས་པ་རྣམས། སྐབས་འདིར་རྒྱས་
པར་མ་བཤད་དོ། །

༩ དག་པའི་མི་ལམ་ཡོད་པར་བསྟན་པ།

འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་འཁོར་བ་སྟེ། །

མ་འབྲུལ་མི་ལམ་གཉེན་པོ་ཡིན། །

མི་ལམ་བསྟན་པ་མདོ་ལས་གསུངས། །

དེ་རྒྱ་ཟག་མེད་ཁམས་གཟུང་ཕྱིར། །

འོ་ན་མི་ལམ་དེ་གཉེན་པོར་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ་མེད་ཞེ་ན། འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་
ནི་འཁོར་བ་ཡིན་པས་སྤང་བྱ་ཡིན་ཞིང་། མ་འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་ནི་དེའི་གཉེན་པོ་
ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་བརྩུ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་མི་ལམ་བརྒྱ་རྩ་
བརྒྱད་ཡོད་པ་རྣམས་མདོ་སྟེ་ས་བརྩུ་པ་ལས་གསུང་གིང་། ས་བརྩུ་ལ་གནས་པའི་
བྱང་ལམས་རྣམས་ལ་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་ལམ་འབྱུང་མི་རིགས་སྟུང་ན།
དེ་ལ་མི་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཡོད་དེ། མི་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཟག་མེད་གྱི་བྱང་ཁམས་གཟུང་བའི་
ཕྱིར་རོ། །

༡༠ སངས་རྒྱས་ལ་མི་ལམ་མེད་པར་བསྟན་པ།

བཅོམ་ལྷན་མི་ལམ་བྲལ་བ་སྟེ། །

ཟག་མེད་འདུ་བྱེད་རྒྱུན་བྲལ་ཕྱིར། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་མི་ལམ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་བྲལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན།
ཟག་མེད་དང་། ཟག་བཅས་འདུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

གཅིག །དག་པ་དང་མ་དག་པའི་དོ་བོ།

སྟོམས་འཇུག་ཆགས་བཅས་དེ་ཆོ་ནི། །

དག་པ་བཞི་གོ་རིམ་རྣམ་ཤེས་ལྷན། །

འདོད་སྟོད་དང་པོ་སྟེ་བོ་སྟེ། །

གཉིས་པ་མགིན་པར་གསུམ་པ་ན། །

ཉེ་བ་རྣམ་ཤེས་འདུས་པ་ཡིས། །

མེ་དང་ཟླ་བལ་གཉིས་འདྲེས་ཆོ། །

དུང་ཅན་ནང་དུ་ལྷན་སྐྱེས་སྤྱང་། །

དེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཤེས་པ་སྟེ། །

ཆོགས་བརྒྱད་མ་འགགས་སོ་སོར་གསལ། །

བདེ་ལ་མི་རྟོག་ཉོན་མོངས་མིན། །

དེ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་སྐྱ་ཞེས་བརྗོད། །

དག་ན་ཐམས་ཅད་དེ་ཉིད་ཕྱིར། །

འགག་མེད་འཇག་བལ་སྟོང་དང་ལྷན། །

ཀུན་འགོ་ཀུན་བདག་གནད་དུ་བརྩུན། །

ཐ་མལ་པའི་ཕོ་མོ་སྟོམས་འཇུག་བྱེད་པའི་ཆོ། ། གཞི་དུས་ཀྱི་དགའ་བ་བཞི་པོ་
གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དེ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ་དེའི་
ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ནས་འདོད་སྲིད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་སྐྱི་པོར་རྣམ་ཤེས་
འདུས་པའི་ཆོ་གཡོ་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མགིན་པའི་
གནས་སུ་དགའ་བ། སྐད་ཅིག་མ་གསུམ་པར་ཉེ་བར་རྣམ་ཤེས་འདུས་པ་ལས་
མཆོག་དགའ། དཔུ་མའི་མར་སྟེའི་མེ་དང་ཡར་སྟེའི་ཟླ་བ་གཉིས་འདྲེས་ཆོ་དུང་
ཅན་མའི་ནང་དུ་ལྷན་སྐྱེས་དགའ་བ་རྣམས་ཉམས་སུ་སྤྱང་བར་འགྱུར་ལ། ལྷན་
སྐྱེས་དེ་ལའང་ཅམ་པོ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས་ལས། ཕྱི་མ་ནི་དུས་མཐའི་
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཆོགས་བརྒྱད་མ་འགགས་པར་སོ་
སོར་གསལ་བ། ཉམས་བདེ་བ། རོ་བོ་མི་རྟོག་པ་སྟེ་ཁྱད་ཆོས་གསུམ་ལྷན་ཅན་
དེའི་རོ་བོ་ཉོན་མོངས་པ་མིན་ཡང་། འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་མ་རིག་པ་གནས་
པས། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་གཞི་དུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱ་ཞེས་བརྗོད་དོ། ད་ལྟ་ཕོ་མོ་སྟོམས་
འཇུག་གི་གནས་སྐབས་ཆོངས་སྒྲིབ་དེ་གཉིན་པོས་བཙཅ་པས་དག་ན། སྤང་སྲིད་
ཐམས་ཅད་ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་རྩལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོགས་དུག་རོ་

པོ་འགག་པ་མེད་པར་སོ་སོར་གསལ་བ་སྤུལ་སྤྱ། གཞི་རུས་སུ་ཡང་གནས་པའི་
འཛག་བྲལ་བདེ་ཆེན་གྱི་ངོ་བོ་དེ་ཡངས་སྤྱ། རྟོང་ཉིད་འོད་གསལ་དང་ལྡན་པས་
ཆོས་སྤྱི་ཡིན་ལ། སྤྱ་གསུམ་ལྡན་སྤྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་གནས་
སྐབས་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་། ཀྱན་ལ་བྲབ་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་ན། དེ་མངོན་
ཏུ་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལ་གནད་ཏུ་བསྐྱུན་ནས་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །

གཉིས། འཁོར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ།

མ་དག་འབྲུལ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

སྐད་ཅིག་བདེ་ཆེན་མི་ཤེས་པས། །

རང་ལ་གནས་པ་གཞན་ཏུ་གཟུང་། །

བདེ་ཉམས་རུག་གསུམ་བསྐྱེད་བྱེད་ཅིང་། །

མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་འཁོར་བར་རྒྱ། །

དང་པོ་དགའ་ལྡན་འདོད་ཆགས་ཡིན། །

བར་མ་མ་རྟོགས་གཏི་ལུག་སྟེ། །

རྗེས་ལ་ཆགས་བྲལ་ཞེ་སྤང་སེམས། །

བདེ་འདོད་རང་ཆགས་སེར་སྤྲོ་དང་། །

ཕྱག་དོག་ཀྱན་བསྐྱེད་མི་དག་སྤྱོད། །

དེ་ཡིས་ངན་འགྲོ་ཀྱན་བསྐྱེད་བྱེད། །

ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་དེའི་རང་བཞིན་ནི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ཡང་དེ་མ་ཤེས་པས་
འབྲུལ་པ་ཡིན། གང་གིས་མ་ཤེས་ཞེ་ན། མ་དག་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་གྱིས་མ་
ཤེས། གང་མ་ཤེས་ཞེ་ན། སྐད་ཅིག་མའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་གྱི་ལྡན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་
བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་དེ་མ་ཤེས། ཇི་ལྟར་མ་ཤེས་ཞེ་ན། རང་ལ་གནས་པ་ལྡན་ཅིག་
སྤྱེས་པ་དེ་སོ་སོ་རང་རིག་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་དོན་གཞན་ཏུ་བཟུང་སྟེ། སྤྱིར་བཏགས་
རུལ་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་འཛག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། རྒྱུད་གིས་དབྱེ་བས་
གཉིས་སྤྱང་ཏུ་འཛག་སྟེ་བདེ་བ་ཉམས་པ་ལས་རུག་གསུམ་བསྐྱེད་ཅིང་། དེས་
མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་འཁོར་བར་རྒྱ་བ་ཡིན། འཁོར་བར་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།

དང་པོ་འདོད་སྲིད་གྱིས་དབང་པོ་ལ་དགའ་བ་དང་ལྡན་པས་འདོད་ཆགས་དང་།
 བར་དུ་ལྡན་སྒྲིམ་ཡེ་ཤེས་དེ་མ་རྟོགས་པས་གཏི་མུག །རྗེས་ལ་པོ་མོ་གཉིས་ཀའི་
 ལུ་བ་འཇོག་སྟེ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཞེ་སྤང་གི་སེམས་འབྱུང་དོ། །སྤྱིར་ཡང་
 བདེ་བ་འདོད་པའི་སྲིད་པ་དང་། རང་ཉིད་ལ་ཆགས་པ་དང་། ཆགས་ལུལ་
 བཏང་མི་བྲ་བའི་སེར་སྤྲ་དང་། ཆགས་པས་གཞན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་མི་འདོད་
 པའི་བྲག་དོག་ལ་སོགས་པ་ཀུན་བསྐྱེད་པས་དེས་མི་དགེ་བ་ལ་སྤྱོད་ཅིང་། དེ་ཡིས་
 ངན་འཕྲོ་ཀུན་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ། མུང་འདས་གྲུབ་པའི་གོ་རིམ།
 དེ་ལས་ཅུང་ཟད་ལོག་བྱས་ནས། །
 རང་གཞན་ཕན་འདོད་སེར་སྤྲ་དང་། །
 སྤྱག་དོག་ཆགས་པ་དོར་བྱས་ནས། །
 སྦྱོན་དང་ལྡན་ཞིང་སྟོ་བ་དོར། །
 ཚུལ་ལྡན་བདེ་འདོད་མཐོ་རིས་ཏེ། །
 འདོད་སྲིད་བཅད་ནས་བསམ་གཏན་གྱི། །
 བདེ་ཚུལ་གཞུགས་དང་གཞུགས་མེད་ལེན། །
 དེ་ཡང་སྤར་ལྟར་རོ་སྤྱོད་ནས། །
 ཆགས་ལྡན་དུག་གསུམ་དབང་གིས་འཁོར། །
 སེམས་སུ་ཤེས་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི། །
 ཆགས་སོགས་མཐོང་སྟོན་གྱིས་བཅོམ་ནས། །
 མུང་ན་འདའ་སྲིད་དེ་ཐོབ་པ། །
 དེར་གནས་ཉན་རང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །
 སྲིད་དང་ཞི་བ་གཉིས་ཀ་ལ། །
 སྲིད་སྤངས་འཇོག་མེད་དབང་ཐོབ་པ། །
 རྟོ་རྗེ་ཐེག་པར་གསུང་པ་ཡིན། །

རྒྱུའི་ཐེག་པའི་ལུགས་ལ། མི་དགེ་བ་དེ་དག་ལས་ཅུང་ཟད་ལོག་པར་བྱས་ནས།

རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། སེར་
སྒྲ་དང་། སྤྱག་དོག་ཆགས་པ་རྣམས་དོར་ནས། སྦྱིན་པ་དང་ལྡན་ཞིང་སློབ་དོར་
བ་ལ་སོགས་དགེ་བ་བརྒྱའི་ཚུལ་གྱིས་དང་ལྡན་པར་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་གནས་
སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་འདོད་པའི་མཐོ་རིས་ནི་འདོད་ཁམས་པའི་མངོན་མཐོ་ཡིན།

གནས་སྐབས་མཐོ་རིས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྤྱིད་པ་དེ་ཞི་རག་གི་རྣམ་པ་ཅན་
ཀྱི་བསམ་གཏན་གྱིས་བཅད་ནས། ཚོར་བ་དང་འདྲ་ཤེས་ལས་ཡིད་འབྱུང་བའི་
ཐབས་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་། སྦྱོམས་འབྲུག་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་ཚོལ་བས་
གཟུགས་དང་། གཟུགས་མེད་ཏུ་སྦྱེ་བ་ལེན་པ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་མངོན་
མཐོ་ཡིན། དེ་ཡང་ལྷ་ར་ལྷ་ར་གནས་སྐབས་བསམ་གཏན་བཞིའི་བདེ་བའི་རྩ་མུང་
བས། སྤྱི་ཡང་ཉོན་མོངས་ཆགས་སོགས་ལྡན་པས་རྒྱལ་གསུམ་དབང་གིས་
འཁོར་བར་འགྱུར་བ། དེ་ནི་སྦྱོས་བྱ་ཆུང་བའི་ལམ་ཡིན།

དེ་ལྷ་ར་ཁམས་གསུམ་ཀྱི་འཇོག་པའམ་ཉོན་མོང་གི་སློབ་དེ་བདག་མེད་རྟོགས་
པའི་བླ་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཅད་དེ། ཁམས་གསུམ་ནི་སེམས་འབྲུལ་པའི་
མདངས་སུ་ཤེས་ནས། ཁམས་གསུམ་ཀྱི་ཆགས་སོགས་རང་ལྷགས་ལམ་ཀྱི་མཐོང་
སྦྱོམ་གྱིས་བཅོམ་སྟེ། བྱང་འདས་སྦྱོགས་གཅིག་པ་ལ་སྤྱིད་སྟེ་ཐོབ་པར་འདོད་པས།
སློབ་པ་དང་། མི་སློབ་པའི་ལམ་དེར་གནས་པ་རྣམས་ལ་ནི་ཉན་རང་ཞེས་བརྗོད་
པ། དེ་ནི་སྦྱོས་བྱ་འབྲིང་པོའི་ལམ་ཡིན།

ཞི་བ་སྦྱོགས་གཅིག་པ་དེ་སྦྱིང་རྗེས་བསལ་ཞིང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱིད་པ་བསལ་
ནས་མཐའ་གཉིས་ལ་སྤྱིད་པ་སྤངས་ཞིང་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་ཏུ་སྦྱོར་བ་ནི་ཐེག་
ཆེན་བྱ་མོངས་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཡིན།

འབྲས་བུའི་ཐེག་པའི་ལྷགས་ལ། དེ་རྣམས་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་དོ་རྗེ་
ཐེག་པའི་ཉེ་ལམ། ཐེག་ལེ་འཇོག་མེད་ཏུ་བཅིངས་པས། འབྲས་བུ་མཐར་ཐྱིན་པ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར། ཆོ་གཅིག་ལ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ལས་མད་ཏུ་བྱུང་བ་ནི་དོ་རྗེ་
ཐེག་པའི་རྒྱུད་ལྷེ་རྣམས་སུ་གསུངས་སོ། དེ་ལྷ་ར་མངོན་མཐོ་ནས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་
བར་གྱི་རིམ་པ་དེ་དག་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རང་རྒྱ་དང་། དེ་ལ་ཉེ་བའི་རྒྱ། དངོས་

རྒྱ་རྩམས་སུ་རིམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། འཇག་མེད་ཚོས་ཅན་གྱི་བདེ་ཆེན་དེ་རྩོ་
རྩོ་ཐེག་པའི་ལམ་ཡིན་ན། འཇག་མེད་དེའི་མི་མཐུན་སྟོགས་གྱི་འཇག་པ་དེ་གང་
ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་རྟེན་གྱི་འཇག་པའི་སྟོང་བཞི་དང་། བརྟེན་པ་མེས་པ་གྱི་འཇག་པ་
བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། རྟེན་འོག་གཉིས། བ་སྤྱའི་སྟོང་། དབང་པོ་སྟེ་བཞི་དང་།
གཉིས་པ་ནི། འདོད་པ་དང་། སྤྱིད་པ། ལྟ་བུ་མ་རིག་པ་དང་བཞི་ཡིན། རྟེན་གྱི་
འཇག་པ་བཞིའི་བྱེད་པ་བཅེངས་པ་ལས་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤྱུ་འགྲུབ་ཅིང་། བརྟེན་པའི་
འཇག་པ་བཞིའི་བྱེད་པ་བཅེངས་པ་ལས། མི་གནས་པའི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་
གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

བཞི། གནད་འཆིང་བ་དངོས།

དགའ་བཞིའི་ངོ་པོ་གོ་རིམ་དང་།

དབྱེ་བ་འཇག་སྟོན་བཅིང་ཐབས་དང་།

ཕན་ཡོན་རྩམ་པར་དག་པ་དང་།

རྒྱ་འབྲས་ལུགས་འབྱུང་ལུགས་ལྟོག་ཀུན།

རྒྱལ་བས་སྤྲ་མེད་རྒྱུད་རྒྱ་གསུངས།

དེ་ཕྱིར་ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཅིང་།

འདིར་ནི་རྒྱས་པར་མ་བྲིས་སོ།

ཐེག་ལེ་འཕོ་མེད་རྒྱ་རི་ལྟར་བཅིངས་པའི་རྒྱལ་ལ། དེ་ཡང་མཚོན་བྱེད་དཔེའི་
དགའ་བ་བཞི་འཇག་རྟེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། མཚོན་བྱ་དོན་གྱི་དགའ་
བ་བཞི་འཇག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ངོ་པོ་དང་། དགའ་བ་
བཞིའི་གོ་རིམ་དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་ཡང་བཞི་བཞིར་སྟེ་བས་བརྒྱ་རྒྱུ་དབྱེ་བ་
དང་། འཇག་སྟོན་དང་། འཆིང་བའི་ཐབས་དང་། བཅིངས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་།
རྩམ་པར་དག་པ་དང་། རྒྱ་ལུགས་འབྱུང་དང་། འབྲས་སུ་ལུགས་ལྟོག་ལ་སོགས་
པ་ཀུན་རྒྱལ་བས་སྤྲ་མེད་པའི་རྒྱུད་རྒྱ་རྒྱས་པར་གསུངས་ལ། སྟོམས་འཇུག་གི་
རྒྱུ་བ་པ་སྟོང་དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར། ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་སྟེ་ཕོ་མོ་སྟོར་བའི་གནད་གྱིས་
བཅིངས་དགོས། ཕོ་མོ་ཕྱག་རྒྱ་བཅིངས་པའི་ཐབས་འདིར་རྒྱས་པར་མ་བྲིས་ཏེ།

འདི་མན་ངག་དང་འབྲེལ་བས་ན་སྟོབ་བཤད་བྱ་དགོས་པའི་ཁྱིམ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། ཟ་མལ་བའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ།

གཅིག །ཟ་མལ་ཤེས་པའི་ངོ་བོ།

ཟ་མལ་རུས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། །

ཀུན་གཞི་ཉོན་ཡིད་འདུ་བྱེད་ཀྱིས། །

སྒར་བཤད་རྒྱུན་བཞི་ཉེར་སྟོར་བས། །

མིག་སྟགས་རྣམ་ཤེས་རྒྱལ་པོ་རྣམས། །

དབང་པོ་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ། །

གཟུགས་སྟགས་ཡུལ་རྒྱལ་རྣམས་སུ་སྒྲུང་། །

བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་ཚོར་བ་གསུམ། །

ཆགས་དང་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་བསྐྱེད། །

དེ་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་བྱིས། །

ཀུན་གཞིའི་སྟེང་བཞག་ཡང་འདུ་བྱེད། །

དེ་ཡང་སང་པའམ་ཟ་མལ་པའི་རུས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་གང་ལས་བྱུང་ན། ཀུན་གཞིའི་སྟེང་གི་འདུ་བྱེད་ཡིད་ཀྱི་གཡོ་བ་ལས། སྒར་ལེའུ་དང་པོའི་རུས་སུ་བཤད་པའི་རྒྱུན་བཞི་སྟེ། རྒྱུན་རྒྱུན་དང་། བདག་རྒྱུན། དམིགས་རྒྱུན། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་བཅས་དང་ཉེ་བར་སྟོར་བ་ལས། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་སྟགས་རྣམ་ཤེས་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་མིག་གི་དབང་པོ་སྟགས་དབང་པོ་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བར་བྱས་ཏེ། གཟུགས་སྟགས་ཡུལ་རྒྱལ་རྣམས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཞིང་། ཡུལ་དེ་དག་ལ་དབང་པོས་སྟོད་པ་ན། བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཚོར་བ་གསུམ་བྱུང་སྟེ། བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་སྒྲུང་བ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་གཏི་མུག་བསྐྱེད་ནས། རུག་གསུམ་མངོན་དུ་ཟུར་བ་དེ་དེ་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་བྱིས་ནས། ཀུན་གཞིའི་སྟེང་དུ་བག་ཆགས་བཞག་ཅིང་། སྒར་ཡང་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱས་པ་ལས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་པ་འདི་བྱུང་ངོ་། །

གཉིས། ཤེས་པའི་དག་ཆ།

འདི་ཉིད་དག་པ་ཡི་ཤེས་གསུམ། །

ཡིད་ནི་མི་གཡོ་མཉམ་ཉིད་དེ། །

ཀུན་རྟོག་དག་པ་སོ་སོར་རྟོག །

སྒྲིལ་ལྷའི་ཡུལ་ནམས་བྱ་བ་སྐྱབ། །

ཐ་མལ་ཤེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་པོ་འདི་ཉིད་སྒྲིབ་པ་དག་པ་ན་ཡི་ཤེས་
གསུམ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཡིད་དམ་ཉོན་ཡིད་དག་པ་ནི་མི་གཡོ་བ་མཉམ་ཉིད་
ཡི་ཤེས་དང་། ཡིད་ཀུན་རྟོག་སྟེ་རྒྱལ་པ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དག་པ་སོ་སོར་རྟོག་
པའི་ཡི་ཤེས། སྒྲིལ་ལྷའི་ཤེས་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་དག་པ་བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་ཡི་ཤེས་
ཏེ་གསུམ་དང་། སྒྲུབ་བཤད་པ་ཀུན་གཞི་དག་པ་མེ་ལོང་ཡི་ཤེས། དེ་རྣམས་
རང་བཞིན་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་ཡི་ཤེས་བཅས་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། སྒྲུབ་གཉེན་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ།

སྒྲིབ་པ་མཐོང་སྒྲངས་བསྐྱམ་སྒྲངས་ཏེ། །

གཉེན་པོ་མོས་དང་བདག་མེད་དང་། །

ཏིང་འཛིན་སྟོང་རྗེ་རྣམ་པ་བཞི། །

དེས་སྒྲུངས་སྒྲུལ་སྒྲུས་འགྲོ་དོན་མཛད། །

ཡིད་དང་མི་ལམ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། །

ལོངས་སྐྱར་བརྗོད་དེ་འབྲས་བྱ་ཡིན། །

རྒྱས་པར་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ། །

གསུངས་ཕྱིར་འདི་ནི་བསྐྱུས་པ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་ཚོས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཅིང་། །

གནས་སྐབས་བཞི་དང་འབྲུལ་པ་དང་། །

མ་འབྲུལ་ཡི་ཤེས་ལམ་རིམ་དང་། །

ཕྱག་རྒྱ་བཞི་དང་སྐྱབ་བཞི་སྟེ། །

འབྲེལ་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཡིན། །

གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲིབ་པ་རགས་པ་ནམས་ནི་མཐོང་སྤངས་ཀྱིས་སྤྲོངས་
ཤིང་། སྤྲོང་སྤངས་ནི་སྤྲོས་སྤངས་ཀྱིས་སྤྲོངས་ཏེ། དེ་སྤྲོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི།
ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ལ་མོས་པ་དང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཏིང་
ངེ་འཛིན་དང་། སྤྲོང་རྟེན་དང་བཞི་ཡིན་ཞིང་། དེས་སྤྲོངས་པའི་འབྲས་བུ་ལ།
ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོགས་བརྒྱད་སྦྱིའི་འབྲས་
བུའི་དབང་རུ་བྱས་ན། ཀུན་གཞི་དག་པ་ཆོས་སྐྱུ། ཡིད་དག་པ་ལོངས་སྐྱུ། དབང་
ཤེས་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་སྐྱུལ་སྐྱུ། གཉིས་པ་གནས་སྐབས་བཞིའི་
དབང་རུ་བྱས་ན། ཡིད་དང་མི་ལམ་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་དག་པ་
ལོངས་སྐྱུ། གཉིད་འབྱུག་པའི་གནས་སྐབས་དག་པ་ཆོས་སྐྱུ། སད་པ་དག་པ་སྐྱུལ་
སྐྱུས་འགྲོ་དོན་མཛད་པ་དེ་ནམས་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །འདྲིའི་སྒྲོར་རྒྱས་པར་མདོ་
དང་སྤགས་ཀྱི་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་རུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་འདྲིར་མདོར་བསྡུས་
ནས་བཤད་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་སད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྟོག་པ་ཐམས་
ཅད་འཛིན་མེད་ཞེན་བྲལ། གང་ཤར་བཟོ་མེད་རུ་སྦྱོང་བ་རྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཀྱི་
ཕྱག་རྒྱ་བཅིངས་བར་བྱལ། །

དེ་ལྟར་སྤྲོངས་གཞི་གནས་སྐབས་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུལ་པ་ནམས་དང་།
སྦྱོང་བྱེད་མ་འབྲུལ་བ་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་དང་། ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་དང་།
འབྲས་བུ་སྐྱུ་བཞི་རྟེ། དེ་ལྟར་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་དང་འབྲེལ་བའི་རྟེན་དང་བརྟེན་
པ་ནམས་ཡིན་ནོ། །འདྲིར་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ནི། ༡ ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ཞིང་དང་།
རིགས་སྦྱོས་ཀྱི་བུད་མེད་དོ། ༢ ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ཡུལ་སྤྲ་ཆོགས་སོ། །
༣ དམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། རྒྱུང་མེའི་དྲོད་ཅན་ཨ་མུང་དོ། ༤ ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི།
རྒྱ་དགུས་བཏབ་པའི་སྦྱོང་པ་ཉིད་དོ། །

ལེའུ་བདུན་པ། ནང་གི་ལུས་ཉིད་ཕྱི་སྒྲིབ་ལ་སྦྱར་ཆུང་ལ།

དེ་ནས་རི་ལྟར་ནང་གི་ལུས། །
ཕྱི་རོལ་རི་བཞིན་གནས་པ་ནི། །
ཁམས་གསུམ་ནང་གི་བདག་ཉིད་དེ། །

དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་བཞིས་བསྐྱེད་པའི་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ནང་
རང་སེམས་གྱི་རོལ་པ་ལས་གཞན་དུ་མ་དམིགས་པས་ན། རི་ལྟར་ནང་གི་རྩོམ་རི་
ལུས་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་འཇིག་རྟེན་རི་ལྟར་བ་བཞིན་གནས་པ་ནི། ཁམས་གསུམ་པོ་
ཐམས་ཅད་ནང་གི་རྩོམ་རི་ལུས་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་རྩོགས་པ་ཡིན་སྟེ། ཕྱི་ནང་
གཉིས་ཀ་སེམས་གྱི་སྒྲིབ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཡང་སྤྱད་པ་གསུམ་པོ་ཐམས་
ཅད་དག་པ་རྩོམ་རི་ལུས་གཅིག་དུ་སྦྱོར་བ་ནི་དག་སྦྱོར་ཞེས་བྱ་ལ། དེའི་ཚེ་ཕྱི་རོལ་
དུ་རི་སྤྱིང་ཆུ་པོ་དཀྱིལ་འཁོར་ནམས་ནི་ཐུགས་རྩོམ་རི་དེ། དབུགས་ནས་ལོ་དང་བསྐྱལ་
པའི་བར་དུས་སྦྱོར་བཅུ་གཉིས་སམ། དུས་བཞིའི་དབྱེ་བས་ཡང་ཡང་འཁོར་བའི་
དུས་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནི་གསུང་རྩོམ་རི་དེ། གཟུང་སྐྱར་དང་། འཇུག་ཚུལ་། སྒྲིག་
དངས་མའི་རྒྱུད་། རྩམ་མཁའ་ནམས་ནི་ཐུགས་རྩོམ་རི་ལུས་པོ་ཡིན་ལོ། །

འོ་ན་འདོད་པའི་ལུས་འདོད་པའི་སྒྲིབ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་
ནམ། ཁམས་གསུམ་ཀ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཅི་ན། སེམས་གྱི་སྒྲིབ་བ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། འོ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚད་དང་
བཀོད་པ་ནམས་དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལས་གསུངས་པ་དང་། ཚུལ་མཛོན་པ་ལ་སོགས་
པ་དང་མི་མཐུན་པ་རི་སྟེད་ཅིག་བྱུང་བ་ནམས་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་སྒྲིབ་
གཙོ་བོར་བསྟན་པའི་སྐབས་འདིར། ཀང་དང་སྦྱར་ཡང་འགལ་བ་མེད་དེ། དཔེར་
ན་ཐུག་པ་བྱུང་པའི་ནང་དུ་འཁོར་ལོ་བསྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་དཔུང་དང་བཅས་པ་

བཞུགས་པའི་ཆེ་དེའི་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱད་པ་དེ་དོག་པའི་སྤང་བ་མེད་
 པ་བཞིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་སྤྱད་པ་སྤྱུ་ལ་པར་སྤང་བ་ལ་ཡང་དེར་སྤང་གི་ཚད་མ་ཡོད་
 ཅིང་། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་དཔུང་དང་བཅས་པ་ཤོང་བ་ཡང་དེར་སྤང་
 གི་ཚད་མ་ཡོད་པ་བཞིན་དང་། ཡང་དཔེར་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་གཡག་
 རུའི་སྤྱད་ཏུ་བཞུགས་ཆེ། རྗེ་བཙུན་ཆུང་དུ་མ་སོང་ལ་གཡག་རུ་ཆེ་དུ་མ་སོང་
 ཡང་རྗེ་བཙུན་ལ་དོག་པའི་སྤང་བ་མེད་བཞིན་དུ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཚད་དང་
 བཤོད་པ་མི་གཅིག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དེར་སྤང་གི་ཚད་མ་ཡོད་པ་ནི། དོན་དམ་
 པར་ནི་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་བཅད་དང་པོ། མིའི་ལྷན་དང་སྤྱི་ཆེ་ནས་མཚར་མེད་བར་སྦྱར་ཚུལ།

སྤྱི་པོ་ནས་ནི་སོར་བཞི་པོ། །

གཞུགས་མེད་གནས་ཏེ་དེ་འོག་དུ། །

སོར་ནི་བཙུ་དུག་གཞུགས་ཁམས་ཉིད། །

དེ་འོག་འདྲོད་ལྷ་མིར་བཅས་པ། །

ལྷ་བ་ནས་ནི་རྒྱང་མཐིལ་བར། །

ལྷ་མིན་སྤྱད་དང་ཡི་དྲགས་དང་། །

དཔུལ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་གནས་རིམ་གསུངས། །

དེ་ཡང་སྤྱི་པོ་ནས་ཡས་རིམ་བཞིན་དུ་སོར་བཞིའི་བར་གཞུགས་མེད་ཀྱི་གནས་
 མཆོན་བྱེད། དེའི་འོག་སོར་བཙུ་དུག་བར་གཞུགས་ཁམས་བཙུ་དུག་མཆོན་བྱེད།
 དེའི་འོག་ནས་ལྷ་བར་སྤྱད་གི་བར་འདྲོད་ལྷ་རིགས་མི་དང་བཅས་པ་མཆོན་བྱེད་
 ཡིན། ལྷ་བ་མན་ཆད་རྒྱང་མཐིལ་གྱི་བར་དུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ། ལྷ་བ་ནས་སྤྱུ་
 མཐོའི་བར་ས་དཀྱིལ་ཏེ་དེའི་ཕྱེད་ཤོང་མ་ལྷ་མིན་དང་། སྤྱད་དང་། ཡི་དྲགས་བཅས་
 ཀྱི་གནས། ཕྱེད་འོག་མ་ན་དཔུལ་བའི་གནས་དང་པོ་གསེག་མ་སའི་དཔུལ་བ།
 བརྒྱ་གཉིས་ཆུའི་དཀྱིལ་འཁོར། དེའི་ཕྱེད་སྟོང་མ་ལ་བྱེ་མའི་ཆུ་ཆེན་དང་། འོག་མ་
 ལ་འདྲོམ་གྱི་ཆུ་ཆེན་ཏེ་ཆུའི་དཔུལ་བ་གཉིས། རྗེ་ངར་མེ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར། དེའི་
 ཕྱེད་སྟོང་མ་མའི་དཔུལ་བ། འོག་མ་དུ་བ་མི་ཟད་པའི་དཔུལ་བ་སྟེ་མའི་དཔུལ་བ་

གཉིས། བོལ་མཆོམས་མད་ཆད་རྒྱུ་གི་དགྱིལ་འཁོར། དེའི་ཕྱིད་སྟེང་མ་ལ་ཐུན་
པ་མི་བད་པ་དང་། འོག་མ་ལ་རུ་འཕོད་སྟེ་རྒྱུ་གི་དཔྱལ་བ་གཉིས། ཀླང་མཐིལ་
ལ་དོ་རྩེ་དཔྱལ་བ་སྟེ་དཔྱལ་བ་བརྒྱད་གྱི་གནས་རིམ་དང་སྒྱུར་ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། མིའི་ཕྱུས་དང་འབྱུང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་སྒྱུར་སྒྱུལ།

ཀླང་ལག་ཆོགས་གསུམ་རིམ་པ་ལྟར། །

རྒྱུང་མེ་ཆུ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཡིན། །

བྱང་ནི་ས་སྟེ་སྐལ་ཆོགས་ནི། །

དེ་ཡང་དཔངས་གྱི་དབང་རུ་བྱས་ན་ཀླང་པའི་ཆོག་གསུམ་རིམ་པ་ལྟར་བོལ་
ཆོག་རྒྱུ་གི་དགྱིལ་འཁོར། སྐལ་མོ་མེའི་དགྱིལ་འཁོར། བརྒྱ་ཆོག་ཆུའི་དགྱིལ་
འཁོར་བཅས་ཡིན་ནོ། །ཞིང་གི་དབང་རུ་བྱས་ན་ལག་ཆོག་རྒྱུ་གི་དགྱིལ་འཁོར།
གྲུ་ཆོག་མེའི་དགྱིལ་འཁོར། དཔྱུང་ཆོག་ཆུའི་དགྱིལ་འཁོར་བཅས་ཡིན། བྱང་ནི་
ས་གཞི་ཡིན་ལ་སྐལ་ཆོག་ནི་རི་རབ་མཆོན་བྱེད་ཡིན།

ས་བཅད་གསུམ་ལ། མིའི་ཕྱུས་ཁམས་དང་རི་བརྟན་སྒྱུར་སྒྱུལ།

རི་རབ་དེ་བཞིན་རི་བརྟན་ནི། །

བརྒྱ་དང་རྩེ་ངར་དེ་འོག་རུས། །

དཔྱུང་པ་ལག་ངར་ལག་པ་དང་། །

སེན་མོའི་བར་རུ་རིམ་པ་ལྟར། །

སྟོན་པོ་མཆོར་མཆོན་མོ། །

ནོར་བུར་བྱེད་དང་བྱེ་བོ་དང་། །

ཁ་བ་ཅན་དང་དོ་རྩེའི་རི། །

རི་བརྟན་དང་སྒྱུར་བ་ནི། དེ་ཡང་ནང་གི་ཕྱུས་གྱི་བརྒྱ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་རི་བརྟན་
ལས་འོད་སྟོན་ཅན་དང་། དེ་བཞིན་རུ་རྩེ་ངར་ནི་མཆོར་པ། བོལ་གོང་མཆོན་མོ་མ།
དཔྱུང་པ་ནོར་བུ་བྱེད། ལག་ངར་བྱེ་བོ། ལག་མགོ་ཁ་བ་ཅན། སེན་མོ་དོ་རྩེའི་རི་
ནམས་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། མི་ལུས་དང་སྤྱིང་བྱས་སྒྱུར་ཚུལ།

སྤྱིང་བྱས་ནང་ན་བད་ཀན་དང་། །

རྒྱ་མ་ཚོལ་སྤྱིང་མཆིན་པ་ཤ། །

སྒྲ་བ་དཀར་པོ་ཀྱ་ཤ་དང་། །

མིའམ་ཅི་དང་སྤྱང་སྤྱང་སྤྱིང་། །

དྲག་པོའི་སྤྱིང་རྣམས་རིམ་པ་སྟེ། །

རྒྱ་ལག་རུམ་བུ་བཅུ་གཉིས་ནི། །

རྩ་སྤྱིང་ལོགས་སྤྱིང་སྤྱན་བཅས། །

དེ་ཡང་སྤྱིང་བྱས་ནང་ལ་སྒྱུར་ན། ནང་གི་བད་ཀན་ནི་སྒྲ་བའི་སྤྱིང་དང་། དེ་
བཞིན་རུ་རྒྱ་མ་ནི་དཀར་པོ་དང་། ཚོལ་ནི་ཀྱ་ཤ། སྤྱིང་ནི་མིའམ་ཅི། མཆིན་པ་ནི་
སྤྱང་སྤྱང་དང་། ཤ་ནི་དྲག་པོའི་སྤྱིང་རྣམས་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ལ། རྒྱ་ལག་གི་
རུམ་བུ་བཅུ་གཉིས་ནི་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་སྤྱན་བཅུད་རྣམས་མཆོན་བྱེད་དོ། །

ས་བཅད་ལྔ་པ། མིའི་ལུས་དང་འབྲུང་བ་ལྔ་སྒྱུར་ཚུལ།

སྤྱ་བ་རྒྱན་དང་རྫོད་དང་དབུགས། །

ཁམས་བཞི་བུ་ག་ནམ་མཁའ་ཡིན། །

ནང་གི་ལུས་སྤྱི་རོལ་གྱི་འབྲུང་བའི་ཁམས་དང་སྒྱུར་བ། ལུས་ཀྱི་སྤྱ་བའི་ཁམས་
རྣམས་ནི་འབྲུང་བ་ས་ཁམས་མཆོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་རུ་རྒྱན་པ་ནི་རྒྱ་ཁམས།
རྫོད་ནི་མེ་ཁམས། དབུགས་རྒྱུང་ཁམས་བཅས་མཆོན་བྱེད་དང་། བུ་ག་ནི་ནམ་
མཁའི་ཁམས་མཆོན་བྱེད་དོ། །

ས་བཅད་དྲུག་པ། མིའི་ལུས་དང་མཆོ་བྱས་སྒྱུར་ཚུལ།

སྤྱ་བ་ཞག་དང་ཁྲད་པ་དང་། །

བད་ཀན་འོ་མ་མཆིལ་མ་རུལ། །

དྲི་རྒྱ་ནང་གི་རྒྱ་མཆོ་བདུན། །

སྤྱང་ཅི་མར་ཞོ་འོ་མ་རྒྱ། །

ཆང་དང་བ་ཚུའི་རང་བཞིན་ནོ། །

མཚོ་བརྒྱན་ནང་ལ་སྒྱུར་ན། ལུ་བ་ནི་སྒྱུར་ཅིའི་མཚོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཞག་
ནི་མར་གྱི་མཚོ། ལྷན་པ་ནི་ཞོའི་མཚོ། སྒྲིས་པའི་བད་ཀན་དང་བུད་མེད་གྱི་འོ་མ་
ནི་འོ་མའི་མཚོ། མཆིལ་མ་ནི་ཆུའི་མཚོ། རུལ་ནི་ཆང་གི་མཚོ། དྲི་ཆུ་ནི་བ་ཚུའི་
མཚོ་བཅས་མཚོན་བྱེད་དོ། །

ས་བཅད་བརྒྱན་པ། མིའི་ལྷན་དང་གཟའ་དགུ་སྒྱུར་བ།

དབང་པོ་གཟའ་དགུའི་རང་བཞིན་ཏེ། །

སོ་ནི་རྒྱ་སྐར་ཅ་ཆུའོ། །

རྒྱ་མ་སྒྲིན་དང་ནང་གི་རྒྱུད་། །

སྒྲིང་གའི་སྒྲ་ནི་སྐྱོག་ཡིན་ཏེ། །

ཉེ་བའི་སྒྲ་ནི་འབྲུག་དུ་གསུངས། །

གཟའ་དགུ་ནང་ལ་སྒྱུར་ན། དབང་པོ་དགུ་ནི་གཟའ་དགུའི་རང་བཞིན་སྟེ། དེ་
ཡང་རྩ་བུ་གཉིས་རྒྱུད་གི་གཟའ་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་གཉིས། མིག་གཉིས་མེ་གཟའ་
མིག་སྐར་གཉིས། ལ་དང་དྲི་ཆུའི་སྐྱོ་གཉིས་རྒྱ་གཟའ་ལྷག་སངས་གཉིས། ཆངས་
བུག་དང་འོག་སྐྱོ་གཉིས་ས་གཟའ་སྟེན་པ་དང་མཆུག་རིང་གཉིས། རྩ་བ་གཉིས་
ནམ་མཁའི་ཁམས་གྱི་གཟའ་སྒྲ་ཅན་དང་དུས་མེ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱ་ཡིན་ལ། སྒྲ་གཅན་
དང་དུས་མེ་ནི་མགོ་མཆུག་ཡིན་པས་བསྟོམས་པས་གཟའ་དགུ་ཡིན་ནོ། །སོ་སྐྱུ་
རྩ་སོ་གཉིས་ནི་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་དང་དབྲུག་གྲུ་བཞི། ཁམས་འབབ་པའི་ཅ་
རྩམས་ནི་ཕྱི་རོལ་དུ་རྒྱ་པོ་རྩམས་དང་། རྒྱ་མ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྒྲིན་ཏེ་རྒྱ་མ་ལས་ཟས་
རོ་འབབ་པ་དང་སྒྲིན་ལས་ཆར་འབབ་པ་མཆུངས་ཞིང་། ནང་གི་རྒྱུད་ཡན་པ་ཅ་
ནང་ལ་རྒྱ་བ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུད་ཡན་རྩམས་དང་། སྒྲིང་གའི་གཞོ་མེད་གྱི་སྒྲ་ནི་ཕྱི་
རོལ་གྱི་སྐྱོག་གི་སྒྲ་དང་། ཉེ་བའི་སྒྲ་ནི་འབྲུག་གི་སྒྲ་དང་སྒྱུར་བར་གསུངས།

ས་བཅད་བརྒྱན་པ། མིའི་ལྷན་དང་མི་གསུན་སྒྱུར་ཆུལ།

སྒྲིང་ག་མགིན་པ་ཉེ་བ་ན། །

སྒྲིག་དང་ཉི་དྲོད་སྒྲིག་བྱེད་མོ། །

དེ་ཡང་སྒྲིང་ག་དྲོད་སྦྱེད་པའི་མེ་ནི་སྒྲིག་འོད་དང་། མགྲིན་པ་ཟས་འགྲུག་
འདྲིན་བྱེད་པའི་མེ་ནི་ཉི་མ་དང་། རྩེ་བའི་མེ་ནི་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་མེ་ཡིན།

ས་བཅད་དགྲ་པ། མི་ནང་གཞན་གསུམ་སྦྱོར་སྦྱེད་མདོར་བསྟུས་པ།

གཞན་ཡང་པགས་པ་དྲོད་དང་སྒྲི། །

མེ་དང་རྒྱང་གི་རང་བཞིན་ནོ། །

ལུས་སྦྱོར་སྒྲིན་བྱ་སྦྱེ་གནས་བཞི། །

ཆར་ནི་ལྷེ་རྒྱུད་བདུད་ཅི་སྟེ། །

ཐུན་ནས་སྐད་ཅིག་བར་གྱི་ནི། །

རུས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་སྒྲར་བསྟན་པའི། །

ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་སེམས་བཅས་སོ། །

སྒྲིག་རྒྱུད་དཀར་དམར་སྦྱོར་བ་ན། །

དེ་སྐོགས་རྣམ་བཤད་རུ་མ་རྣམས། །

མི་ནང་གཞན་གསུམ་ཡེ་ཤེས་སྒྲི། །

སྦྱོར་སྦྱོར་དཔག་རུ་མེད་པ་གསུངས། །

དེ་ཡང་ནང་གི་ཆོས་གཞན་པགས་པ་དང་། དྲོད་དང་། སྦྱར་རྣམས་ནི་མེ་དང་
རྒྱུད་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། ལུས་ནང་རུ་གནས་པའི་སྒྲིན་བྱ་རྣམས་ནི་སྦྱེ་གནས་
བཞི་སྟེ། ཤིག་སྦྱོར་སྦྱེས། ཁོང་པའི་སྒྲིན་བྱ་དྲོད་སྦྱེས། ལུ་བ་དཀར་དམར་ལ་
གནས་པའི་སྒྲིན་བྱ་རྣམས་ནི་མངལ་སྦྱེས། ལུས་ནང་རུ་གནས་པའི་སྒྲིག་ཆགས་སྦྱ་
མོ་འགའ་ཞིག་བརྟུས་སྦྱེས་སོ། །ཆར་ནི་ལྷེ་རྒྱུད་གི་བདུད་ཅི་ཡིན། ཐུན་ཆེན་པོ་
བཞི་དང་། དེའི་བྱེད་བརྒྱུད་ལ་སྐོགས་པ་ནས་སྐད་ཅིག་མ་ལ་སྐོགས་པའི་བར་གྱི་
རུས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ནི། མི་རོལ་གྱི་ལོ་གཅིག་དང་། ནང་གི་ཞག་གཅིག་ཆོས་
མཚུངས་སྒྲི་སྦྱར་བ་སྐོགས་སྒྲར་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ཐམས་ཅད་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་སེམས་དང་བཅས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། ནང་
རུ་སྒྲིག་རྒྱུད་དཀར་དམར་གཉིས་སྦྱོར་བ་སྟེ་སྦྱེད་པ་ན། མི་རོལ་རུ་ཟླ་ཉི་འཛིན་

པར་སྒྲུང་བ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་བཤད་དག་ནི། བྱི་སྒྲོན་འཇིག་
རྟེན་དང་། བྱང་ལུས། གཞན་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་དེའི་རང་
བཞིན་ཡེ་ཤེས་སུ་སྒྱུར་བའི་ཕྱིར་དཔག་རྒྱ་མེད་པ་གསུངས་སོ། །

དེ་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པ་ན། །

ཐབས་དང་ཤེས་རབ་སྒྱུར་ཤེས་པས། །

སྒྲ་ཚོགས་ཡོན་ཏན་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་ནི་མདོར་བསྡུས་རྒྱུར་ཟད་བཅོད། །

དེ་ཡང་ཕྱི་ནང་སྒྱུར་བ་དེ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པ་ན། ཐབས་དང་
ཤེས་རབ་དང་། ལུས་དང་བསམ་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་སྒྱུར་ཤེས་ཅིང་།
དེ་སྒྱུར་ཤེས་པས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་
རྣམས་མདོར་རྒྱུར་བའི་ཕྱིར། འདི་ཉིད་མི་ཤེས་སུ་མི་རུང་བ་རྣམས་མདོར་
བསྡུས་ནས་རྒྱུར་ཟད་བཅོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུ་བརྒྱན་པ།

ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ལྷ་འབྲུང་ཚུལ་བཤད་པ།

དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཀུན་རྟོག་ལ། །
 ཀུན་བརྟགས་ལྷ་རྣམས་བསྐྱེམས་པའི་དོན། །
 སེམས་འཛིན་མི་ནང་དོན་ཤེས་དང་། །
 དབང་འབྱོར་གཞན་དོན་གཟུགས་སྟོན་ཕྱིར། །
 དཔའ་བོ་གཅིག་ནས་མཐའ་ཡས་པར། །
 གསུངས་པའི་ངེས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །

དེ་ལྟར་ཐོས་བསམ་གྱིས་ལུས་དངོས་པའི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་ཕབ་ཟིན་
 བས། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་ལས། དེ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་
 ཀྱི་ཀུན་རྟོག་གི་ངོས་ལ། བདེན་པར་མེད་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་
 བསྐྱེམས་པ་ལ་དགོས་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ལྷ་སྦྲུ་སོགས་ལ་
 སེམས་འཛིན་པས་ནི་གནས་བསྐྱེད་པ་དང་གཅིག ལམ་དུ་མི་དགྱིལ་འཁོར་དང་།
 རང་ལྷའི་དོན་དུ་སྦྱོར་ཤེས་པ་དང་གཉིས། འབྲས་དུས་སུ་གཟུགས་སྦྲུ་ལ་དབང་
 འབྱོར་བས་གཞན་དོན་དུ་གཟུགས་སྦྲུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དང་གསུམ་མོ། དཔའ་བོ་
 གཅིག་ནས་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་མཐའ་ཡས་པའི་བར། བསྐྱེམས་པར་
 གསུངས་པའི་ངེས་པ་ནི་འདི་ལྟར་སྟེ་ཞེས་འཆོམས་སྦྱོར་རོ། །

ས་བཅད་དང་ཕོ། ལྷའི་བྱངས་ཀྱི་ངེས་པ།

གཅིག །རྣམ་རྟོག་རིམ་པར་ངེས་པ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ།

དབུ་མ་ཀུན་གཞི་ཡང་དག་དོན། །

ཡེ་ཤེས་རྒྱང་དང་ཐིག་ལེ་ནི། །

དཔའ་བོ་གཅིག་པ་ཉི་དུ་ཀའོ། །

སྐྱ་གཉིས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དང་། །
 སྤྱིང་འོག་དཀར་དམར་བདེན་གཉིས་དང་། །
 དེ་སོགས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་པའོ། །
 ལྷས་ངག་ཡིད་དང་ཐིག་ལེ་ཙ། །
 སྤྱིང་འོག་བར་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ། །
 རྒྱང་གསུམ་སོགས་སྤྱིར་ལྟ་གསུམ་སྤྱི། །
 ཁམས་བཞི་སོགས་ལྟན་ཁུབ་བྱ་བཞི། །
 ཡེ་ཤེས་ལྟ་དང་ཐུང་པོ་ལ། །
 འཁོར་ལོ་རྒྱང་དང་ཁུབ་བྱེད་བཅས། །
 ལྟ་ལྟ་བཞུན་ཏེ་རྩ་མར་གསུངས། །
 ཅན་མཁའ་ཡེ་ཤེས་རྣམ་ཤེས་དུག །
 ལྟ་དུག་ཉོན་ཡིད་དང་བཅས་བདུན། །
 ཆོགས་བརྒྱད་སོགས་སྤྱིར་བརྒྱད་པ་དང་། །
 སྤྱིང་གའི་ཙ་རྒྱང་ས་བརྩ་སྟོབས། །
 དེ་སོགས་དགུ་དང་བརྩ་པ་དང་། །

དེ་ཡང་དབྱུ་མ་དང་དེ་ལ་གནས་པའི་ཀུན་གཞི་དང་། དེའི་རང་བཞིན་ཡང་
 དག་པའི་དོན་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱང་དང་། ཐིག་ལེ་རྣམས་ནི་འཁོར་འདས་ཀུན་
 ཁུབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུབ་བདག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་
 རྒྱང་གཞི་དང་། རྒྱང་བྱེད་ཀྱི་དགོས་པས་ལྟ་དཔའ་པོ་གཅིག་པ་ཏེ་རྩ་གའི་རྒྱབ་
 ཐབས་གསུངས་པའོ། །འབྲས་བུ་སྐྱ་གཉིས་དང་། ལམ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་
 གཉིས། རྟེན་སྤྱིང་འོག་གི་དཀར་དམར་གཉིས། སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་བདེན་པ་
 གཉིས་ཏེ། དེ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ཆོས་རྣམས་སྤྱིར་སྤྱིར་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སམ་
 གཙོ་འཁོར་གཉིས་བྱང་རོ། །ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་། ཐིག་ལེ་གསུམ། ཙ་
 གསུམ། སྤྱིང་འོག་བར་གསུམ་སྤྱི་ས་འོག་ས་སྤྱིང་ས་སྤྱི་གསུམ། རྩ་ལྟ་རྩ་ལྟ་
 གསུམ། རོ་རྒྱང་རྒྱ་ཏིང་རྒྱང་གསུམ་སོགས་གསུམ་ཆོས་རྣམས་སྤྱིར་སྤྱིར་ལྟ་གཙོ་

འཁོར་གསུམ་པའམ་ཞལ་གསུམ་པ་ཅན་བྱང་ངོ་། །ས་སོགས་ཁམས་བཞི་དང་།
 དགའ་བ་བཞི། བྱག་རྒྱ་བཞི། དབང་བཞི། ལམ་བཞི། སྤྱ་བཞི་སོགས་དང་ལྷན་པ་
 རྩལ་བྱ་བཞི་ལས་ལྷ་བཞི་དང་། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་དང་། སྤང་པོ་ལྷ། ཅ་འཁོར་ལྷ།
 རྒྱང་ལྷ། རྩལ་བྱེད་ནམ་མཁའ་དང་བཅས་པ་ལས་ཁམས་ལྷ་སྟེ། སྦྱོང་གཞི་ལྷ་ལྷན་
 གྱི་ཕྱིར་སྦྱོང་བྱེད་ལྷ་ལྷ་བསྟན་རྟོ། །དེ་དག་གི་བསྐྱབ་ཐབས་རྒྱད་རུ་མར་གསུངས་
 སོ། །ཁམས་བཞིའི་སྟེང་རུ་ནམ་མཁའ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་བཅས་བསྟན་པས་
 ཁམས་རྒྱག་དང་། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་རྒྱག་སོགས་རྒྱག་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་ལྷ་རྒྱག་
 པ་དང་། ཚོགས་རྒྱག་གི་སྟེང་རུ་ཉེན་ཡིད་བསྟན་པས་བདུན་པ་སྦྱོང་ཕྱིར་ལྷ་
 བདུན་པ་དང་། ཚོགས་བརྒྱད་ལ་སོགས་དག་པའི་ཕྱིར་ལྷ་བརྒྱད་པ་དང་། སྟོང་
 གི་ཅ་དགྲ་དག་པའི་ལྷ་དགྲ་དང་། རྒྱང་བརྒྱད་དང་། ས་བརྒྱ། སྟོབས་བརྒྱ་ལས་ལྷ་
 བརྒྱ་པ་རྣམས་བསྟན་རྟོ། །

གཉིས། རྣམ་རྟོག་འཛིལ་བར་སྦྱེ་བ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ།

སྤང་པོ་ཁམས་བརྒྱ་དབང་པོ་ཡུལ། །

རྒྱག་རྒྱག་དེ་བཞིན་ལས་བྱེད་པ། །

དབང་རྒྱག་དང་བཅས་དཀྱིལ་འཁོར་ནི། །

ལྷ་ལྷ་དགྲ་དང་བརྒྱ་གསུམ་དང་། །

ཉེར་ལྷ་སོ་གཉིས་སོ་བཞི་པ། །

སོ་བདུན་རིགས་བརྒྱ་རུ་མའི་བར། །

སྤང་པོ་ལྷ་དང་ཁམས་ལྷ་སྟེ་བརྒྱ་དང་། དབང་པོ་རྒྱག་དང་དེའི་ཡུལ་རྒྱག་ །
 དེ་བཞིན་རུ་ཡུལ་ལ་ལས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་རྒྱག་སྟེ་སྦྱེ་མཆེད་རྒྱག་དང་བཅས་པ་
 རྣམས་དག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི། ལྷ་ལྷ་དང་། ལྷ་དགྲ། ལྷ་བརྒྱ་གསུམ། ལྷ་བརྒྱ་
 དགྲ། ལྷ་ཉེར་ལྷ། ལྷ་སོ་གཉིས། ལྷ་སོ་བཞི་པ། ལྷ་སོ་བདུན་པ། རིགས་བརྒྱ་ལ་
 སོགས་པ་རུ་མའི་བར་རུ་འབྱུང་རོ། །

གསུམ། བྱམ་མོང་བའི་དོན་བསྟུ་བ།
 ཚ་རླུང་ཐིག་ལེ་ལའོར་ལའི་གྲངས། །
 རྣམ་རྟོག་གྲངས་བཞིན་བསྟན་པ་སྟེ། །
 ཞལ་དང་ཕྱག་མཚན་དེ་དང་མཚུངས། །

དེ་དག་ཡང་ཚ་རླུང་ཐིག་ལེ་དང་དགྱིལ་ལའོར་གྱི་གྲངས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་
 རགས་པའི་རིམ་པ་ཡིན་ལ། གཞན་དུ་ན་རྣམ་རྟོག་གི་གྲངས་བཞིན་ངེ་བཞིན་
 སྟོང་པའི་ལྟ་བུ་སྟེ། ཞལ་དང་། ཕྱག་དང་། ཕྱག་མཚན་ལ་སོགས་པའི་གྲངས་
 གྲང་འདིས་མཚན་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གཞིས་པ། དགྱིལ་ལའོར་གྱི་ངེས་པ།
 ལྷས་ལ་དགྱིལ་ལའོར་བཤད་པ་ནི། །
 བྱི་རོལ་ངེ་བཞིན་ས་དང་ཐིག །
 དབྱིབས་དང་བཅས་པ་བསྟུས་པ་ནི། །
 ཁོ་བོས་དགྱིལ་ལའོར་སྤང་བར་བཤད། །

ལྷས་ལ་བྱི་རོལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཚང་བར་བཤད་པ་ལྟར། གཞན་དགྱིལ་
 ལའོར་ཡང་ཚང་བར་བཤད་པ་ནི། བྱི་རོལ་གྱི་དགྱིལ་ལའོར་ངེ་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་
 ནང་ལྷས་ལ་སྤྱར་ན། ཀླང་མཐིལ་བཅམས་བྱེད་རླུང་ཡིན་པ་ནས། ལྷམ་མདོ་ས་
 ཡིན་པའི་བར་དང་། དགྱིལ་ལའོར་གྱི་ཐིག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་བཞི་པ་ནི། འདྲོམ་གང་
 ཀྱི་བཞིར་མཉམ་པའི་ལྷས་དང་། གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་རྒྱུར་བཞི་ཡིན་པའི་
 ཚུལ་སོགས་འདྲིར་མདོར་བསྟུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱས་པར་ནི་ཁོ་
 བོས་དགྱིལ་ལའོར་སྤང་བར་བཤད། ཅེས་པའི་དོན་ཀླུ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྟོ་
 རྟེན་བཅམས་པའི་དགྱིལ་ལའོར་སྤང་བར་བཤད་དོ། ཞེས་སོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཐབས་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན།
 བཅུག །ཐབས་ཤེས་གྱི་རྣམ་གྲངས་རྒྱུར་བསྟན་པ།
 ཕན་ཚུན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དང་། །

གཡས་གཡོན་ལུས་སེམས་དཀར་དམར་དང་། །

རྟེན་དང་བརྟེན་པ་མ་ལུས་པ། །

ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་གསུངས། །

དེ་ཡང་ཕ་རི་དང་ཚུ་རི་གཉིས་ཐབས་ཤེས་ཡིན་ཏེ། སན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་
སྟོས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཡས་ཐབས་དང་གཡོན་ཤེས་རབ་ཏུ་བཞག་
པ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་ཡིན་ལ། ལུས་དང་སེམས་ཐབས་ཤེས་སུ་བཞག་པ་
ནི་རྟེན་དང་། བརྟེན་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་སྐྱེ་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ས་རྒྱད་ཏུ་དཀར་ཆ་ཤེས་རབ་དང་དམར་ཆ་ཐབས་སུ་བཞག་པ་ནི་
སྟོས་བཅས་ཀྱི་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐབས་ཤེས་སུ་བཞག་པ་དང་། རྫོང་གི་
འཇིག་རྟེན་དང་བརྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ནི། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡིན་
ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་
རང་བཞིན་དངོས་སུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལས། ལུས་བསམ་གྱི་སྟོན་ནས་བསྟོགས་
པའི་ཐབས་ཤེས་ལྟ་སྟེ་ཆ་བའི་ཐབས་ཤེས་བཅུར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་བྱད་པ།

ཤེས་རབ་གཙོར་བསྟན་ཤེས་རབ་རྒྱད། །

ཐབས་གཙོར་བསྟན་པ་ས་རྒྱད་དེ། །

ཀྱན་ཀྱང་གཉིས་མེད་རང་བཞིན་ཡིན། །

ཤེས་རབ་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ཤེས་རབ་ས་རྒྱད་དང་། ཐབས་བརྗོད་
བྱའི་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ཐབས་ས་རྒྱད་དེ། ས་མའི་རྒྱད་ཀྱན་ཀྱང་དོན་ལ་གཉིས་
མེད་ཀྱི་རྒྱད་ཡིན་ཏེ་བརྗོད་བྱ་བྱང་འཇུག་སྟོན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་ཐབས་ཤེས་གཙོ་
ཆེ་ཆུང་ཅམ་མ་གཏོགས་གཉིས་ག་བྱང་འཇུག་ཏུ་མ་བསྟན་ན་ནལ་འབྱོར་གྱིས་མི་
འཇུག་གོ།

གསུམ། ཐབས་ཤེས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ།

མིག་ནི་ཐབས་ཏེ་གཟུགས་ཤེས་རབ། །

གཟུགས་ནི་ཐབས་ཀྱི་མིག་ཤེས་རབ། །

རོ་མ་ཐབས་ཏེ་རྒྱུ་ཤེས་རབ། །

རྒྱུ་མ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་ནི་ཐབས། །

སྒྲིམ་བྱ་ཐབས་ཏེ་སེམས་ཤེས་རབ། །

བྱུང་མེད་ཤེས་རབ་སེམས་ནི་ཐབས། །

དབུས་ནི་ཤེས་རབ་ཚྱུགས་ནི་ཐབས། །

དོན་དམ་ཐབས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ནི། །

ཤེས་རབ་དེ་བཞིན་བསྒྲིག་པ་ཡིན། །

དེ་སོགས་དཔག་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །

ཁ་དོག་ཡོན་ཏན་རིམ་པ་རྣམས། །

རྒྱུ་དུ་རི་སྐད་བསྟན་བཞིན་གསུངས། །

ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསྟན་ན། མིག་ཐབས་ཡིན་པའི་ཆོ་གཟུགས་ཤེས་
རབ་དང་། དེ་ལས་སྟེག་སྟེ་གཟུགས་ཐབས་ཡིན་པའི་ཆོ་མིག་ཤེས་རབ་དུ་འགྱུར་
བ་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་ན་བ་དང་སྐུ་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་དུག་གི་ཤེས་པ་ཐམས་
ཅད་ལ་སྒྱུར་ཆོག་གོ། ཚ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རོ་མ་ཐབས་སུ་བཞག་པའི་ཆོ་
ན་དེའི་ནང་གི་རྒྱུ་ཤེས་རབ་དང་། རྒྱུ་མ་ཤེས་རབ་དུ་བཞག་པའི་ཆོ་ན་དེའི་
ནང་གི་རྒྱུ་ནི་ཐབས་སུ་འགྱུར་བར་ཡིན། རྟེན་གྱི་དབང་དུ་ན། ལུས་སྒྲིམ་པ་
ཐབས་ཡིན་པའི་ཆོ་ན་སེམས་ཤེས་རབ་ཡིན་པ་དང་། ལུས་བྱུང་མེད་ཤེས་རབ་
ཡིན་པའི་ཆོ་ན་སེམས་ཐབས་ཡིན་ནོ། ཚྱུགས་ཀྱི་དབང་དུ་ན། དབུས་ཤེས་རབ་
ཡིན་པའི་ཆོ་ཚྱུགས་ནི་ཐབས་ཡིན་པ་དང་། བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་ན། དོན་
དམ་བདེན་པ་འོད་གསལ་ཐབས་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཤེས་རབ་
སྟེ། མ་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་
དུ་ལུགས་དེ་ལས་བསྒྲིག་སྟེ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན།
ཐབས་ཤེས་སྒྱུར་ཚུལ་བྱི་ནང་གཞན་གསུམ་སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་སྟེ།
དེ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། ཁ་

དོག་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཐབས་ཤེས་སུ་བཞག་པ་ནི་སྤར་རྒྱུད་གི་
སྐབས་སུ་རི་སྐད་བསྟན་པ་བཞིན་རུ་འདིར་ཡང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་རིམ་པ།

དབྱིབས་སྐྱེ་རྒྱུད་དང་བརྗོད་པ་སྟགས། །

ཡིད་ནི་ཐིག་ལེ་རྫོགས་རིམ་བརྗོད། །

སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་རིམ་བསྟན་པ་སྟེ། །

འཆི་བ་རྫོགས་རིམ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་བརྟགས་བསྐྱེད་རིམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །

གཞན་དབང་འབྲེལ་བ་རྫོགས་རིམ་བཤད། །

ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བསྐྱེད་རིམ་སྟེ། །

དོན་དམ་ལྷན་པ་རྫོགས་རིམ་བཤད། །

བདེན་གཉིས་ཐབས་རྣམས་བསྐྱེད་རིམ་སྟེ། །

དབྱེར་མེ་ཤེས་རབ་རྫོགས་རིམ་གསུངས། །

དེ་ཡང་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་གདགས་གཞི་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དབྱིབས་སྐྱེ་སྟེ་ལྷན་གྱི་
ཚ་དང་། དེ་བཞིན་བརྗོད་པ་སྟགས་ནི་རྒྱུད་སྟེ། དེ་གཉིས་བསྐྱེད་རིམ་དང་།
ཡིད་ཐིག་ལེ་ནི་རྫོགས་རིམ་ཞེས་བརྗོད། བསྐྱེད་རིམ་དེ་ལ་ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གནད་
རུ་བསྟན་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ནི་མི་ཟབ་པའི་བསྐྱེད་རིམ་དང་། འབྲེལ་བ་ནི་ཟབ་
མོའི་བསྐྱེད་རིམ་ཡིན་ཞིང་འདི་ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐྱེ་ཡང་འཇུག་སྟེ། བསྐྱེད་པའི་
རྫོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་གདགས་གཞི་ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་
བཅིངས་པ་ལས་མངོན་སུམ་གྱི་ལྷ་མཐོང་བ་ནི་རྫོགས་རིམ་དངོས་ཡིན་ནོ། །སྤྱང་
གཞིའི་དབང་རུ་ན། སྐྱེ་བས་མཆོན་པའི་བསྐྱེད་རིམ་དང་མཐུན་པ་ནི་བསྐྱེད་
རིམ། འཆི་བས་མཆོན་པའི་སྐྱེད་རིམ་དང་མཐུན་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་ཉིད་ཡིན། །
མཆོན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དབང་རུ་ན། ཀུན་རྟོག་གིས་བརྟགས་པའི་ལྷ་ཞལ་ཐུག་གི་
རྣམ་པ་ཅན་ནི་ཀུན་བརྟགས་དང་འབྲེལ་པས་བསྐྱེད་རིམ་དང་། ཞལ་ཐུག་ལ་
སོགས་བསྐྱེས་ནས་ཐིག་ལེ་དང་ན་དྲ་ལ་སོགས་པ་ལ་སེམས་འཛིན་པ་གཞན་

དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཚྭ་གས་རིམ་ཡིན་ཞིང་། ཚྭ་གས་རིམ་དེ་ཡང་བསྐྱེད་པའི་
ཚྭ་གས་པ་ཡིན་གྱི། ཚྭ་གས་རིམ་དངོས་ནི་ཡོངས་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

བདེན་གཉིས་གྱི་དབང་རུ་ན། ཀྱན་ཚུལ་བདེན་པ་འཁོར་བཅས་བསྐྱེད་རིམ་
དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་འཁོར་བཅས་ཚྭ་གས་རིམ་རུ་བཤད། །བསྐྱེད་ཚྭ་གས་
གྱི་མིང་འཇུག་པའི་དབང་རུ་ན། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་པའི་བྱང་འཇུག་མདོན་
རུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ནམས་བསྐྱེད་རིམ་ཡིན་ཏེ། ཡེ་ཤེས་གྱི་ཡོན་ཏན་གོང་ནས་གོང་
རུ་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་པའི་ཤེས་རབ་
བདེ་གསེགས་སྒྲིང་པོ་ནི་ཚྭ་གས་རིམ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་
ཚྭ་གས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

སྤྱི་དང་ནང་དང་གཞན་གྱི་རིམ། །

ཡེ་ཤེས་གཅིག་རུ་སྦྱར་བ་ནི། །

ཅ་བ་མདོར་བསྟུས་བཞུགས་པ་ཡིན། །

རི་ལྟར་ཞེ་མི་བཤད་པ་བཞིན། །

ཤེས་བྱ་འཛིན་མེད་ངང་རུ་སྦྱད། །

དེ་ལྟར་ཐབས་ཤེས་གྱི་ངེས་པ་བསྟན་པ་དེ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སྤྱི་
སྤྱོད་གྱི་འཛིག་ཉེན་དང་། རྒྱུ་ལུས་དང་། གཞན་བསྐྱེད་པ་དང་ཚྭ་གས་པའི་རིམ་
པ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་གཅིག་རུ་སྦྱར་བ་ནི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པས་དེ་
མདོར་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བཟོ་ལས། སངས་རྒྱུས་ཀྱན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི། ཞེ་
མི་རྣམ་པར་རབ་རུ་གནས། ཅས་གསུང་པའི་ཕྱིར། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་ཆོས་
ཐམས་ཅད་རི་ལྟར་ཞེ་མི་ཐབས་ཤེས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་རུ། སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་
བདེན་གཉིས་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་འཛིན་མེད་གྱི་ངང་རུ་
སྦྱད་པར་བྱའོ། །

ལེའུ་དགུ་པ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་གཞི་དང་སྤྱང་བྱེད་བསྟན་པ།

ས་བཅད་དང་མོ། ཡང་དག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ།

དེ་ནས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྤྱང་གཞི་སྤྱང་བྱེད་གསུངས་པ་ཡི།

ངེས་པ་འདིར་ནི་བསྟན་པར་བྱ།

སེམས་ཅན་ཁམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི།

སྤྱང་པོ་དྲི་མེད་བདེན་གཉིས་ལྟན།

འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ཀྱི།

ཀུན་རྣམས་གཟུང་འཛིན་སྤྱང་བ་སྟེ།

བདེན་པ་ཆུ་ཟླ་ལྟ་བུའོ།

དོན་དམ་སྤྱང་ཉིད་བཙོ་བརྒྱད་དེ།

བདེན་པ་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་བརྟུན།

དེ་རྟོག་བྱེད་པའི་རྟོག་པས་བསྐྱེད།

གཉིན་པོ་སྤྱང་བྱེད་ཡིན་པར་བཤད།

སྤྱང་གཞིའི་གངས་བཞིན་ཆོས་ཀུན་བསྟན།

དེ་ཡང་ལམ་འདས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་དག་པ་དང་མ་
དག་པའི་སྤྱང་བ་ཡིན་པའི་ཚུལ་དང་། སྤྱང་གཞི་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བྱེད་གཉིན་པོ་
ལྟའི་དཀྱིལ་ལམ་འདས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ལྷ་བསྟོམ་པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་
པ་དེ་ཡི་ངེས་པའི་དོན་ནི་འདིར་བསྟན་པར་བྱའོ།

དེ་ཡང་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་རང་བཞིན་དག་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་དྲི་མ་

མེད་པ་དེ་ཉིད། བདེན་གཉིས་ཀྱི་ནམ་པ་དང་ལྷན་སྟེ། གདོད་ནས་དག་པ་དོན་
 དམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་དེའི་དོན་མདོན་རྒྱ་མ་བྱས་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་
 འབྲེལ་འབྱུང་གི་ཚུལ་ལ་ཚོང་ནས། ལྷ་བ་ཐ་དད་འཛིན་པའི་གཉིས་སྤང་གི་ཚོས་
 རྣམས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡང་། གསང་
 འདུས་རྒྱད་ཡེ་ཤེས་རྣེ་རྗེ་ལས། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་པ་གང་ཞེན། ཀུན་རྫོབ་
 ཞེས་པ་མི་བདེན་པའི་སྒྲ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྤང་བ་སྟེ།
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མེད་བཞིན་རྒྱ་སྤང་བ་ཡིན་ཀྱང་། རྣང་བ་པོ་དེ་དང་དེའི་
 རོར་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་པས་ན་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རྩ་བའི་བཞིན་
 རོ། །དོན་དམ་བདེན་པ་ནི། ཚོས་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཉིད་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྟན་
 པའི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་ཁུར་པ་དེ་དོན་དམ་བདེན་པའོ། །དེ་ལྟར་
 བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་རི་ལྟར་བ་བཞིན་རྒྱ་རྟོག་པ་ནི། གནས་ལུགས་མདོན་རྒྱ་
 ཁུར་པ་སྟེ། གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བརྗོད་དོ། །འོ་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་མེད་པ་
 དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཐ་སྙད་ཀུན་རྫོབ་འདི་ཡིས་ཅི་དགོས་སྟུང་ན། ཐ་
 སྙད་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་དམ་དེ་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་སྒྲི་རྣམས་འཆར་ཞིང་། དེ་ལྟ་
 བུའི་རྟོག་པས་བསྐྱེད་ནས་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་ལྷ་བ་འབྱུང་བས་ན། དེ་ལྟ་
 བུའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དེ་ནི་གཉེན་པོའི་ཤེས་པ་འཁོར་བ་སྦྱོང་བྱེད་ཡིན་པར་
 བཤད་དོ། དེ་ཡང་སྦྱང་གཞི་རི་སྟེད་པ་རྣམས་མདོར་བསྐྱུས་པའི་གྲངས་དྲུག་ཅུ་
 ཙ་ཙ་བཞི་བསྟན་པ་བཞིན་རྒྱ། སྦྱོང་བྱེད་དྲི་མེད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚོས་དྲུག་
 ཙ་ཙ་བཞི་སྤང་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། འབྲེལ་པའི་ཡོན་རྟོག་གྲང་བ།

གཅིག །ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷ་བ་དགག་པ།

ཚངས་སོགས་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

རྣམ་རྟོག་གིས་བྱས་ཤེས་བྱ་ཡིན། །

རྒྱ་རྟེན་ལྷན་དང་མེད་འཛིན་སོགས། །

སྒྲ་ཚོགས་ལྟ་བུ་ལུས་སེམས་ཀྱི།

གཞུང་འཛིན་ལ་བརྟེན་འབྱུང་བར་གསུངས།

དེ་ཡང་ཚངས་པ་དང་། སོགས་སོངས་ནས་བྱས་འབྱུག་དང་། དབྱུག་པ་ཅན་དང་། ལྷའི་སྒྲ་མ་ལུར་བྱ་དང་། རྩ་མ་ཆ་དང་། གངས་ཅན་པ་དང་། གཅེར་བྱ་པ་ལ་སོགས་པ་མུ་སྟེགས་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོའི་རང་གཞུང་དང་། གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་རྣམ་རྟོག་གི་སྒྲོ་བཏགས་ནས་བྱས་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་ལོག་ལྟ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ཡང་རྒྱ་རྟེན་དང་ལྡན་པས་རྟག་མཐར་ཞེན་པ་གངས་ཅན་པ་དང་། རྒྱ་རྟེན་གང་མེད་པས། ཚོ་སྒྲ་སྤྱི་མེད་པས་ཆད་མཐར་ལ་ཞེན་པས་རྒྱང་འཕེན་པ་སྟེ་གཉིས་སུ་འདུ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱའི་ལོག་པའི་ལྟ་བུ་སྒྲ་ཚོགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལུས་སེམས་ཀྱི་གཞུང་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ལས་གསུངས་སོ།

གཉིས། ཐེག་དམན་གྱི་ལྟ་བུ་དགག་པ།

༡ ཉན་ཐོས་ཐེ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་སྤྱི་དགག་པ།

སྤྱི་རོལ་རྩལ་སྤན་པག་ན་མོ།

ཀྱན་གཞི་ཡིད་བཅས་ལུལ་སྤང་གི།

རྒྱས་པ་མ་རྟོག་དབང་གིས་ཏེ།

འོན་ཀྱང་བདག་སོགས་བྱིད་པ་པོ།

དགག་སྤྱིར་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཡིད།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཐེག་དམན་བྱེ་མདོ་གཉིས་སོ་ཡང་། སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ནི་སེམས་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་ཡིད་པར་འདོད་པར། དེ་ཡང་རྩལ་སྤན་ཆ་བཅས་ཡིད་པར་འདོད་པ་དང་། ཆ་མེད་པས་བསྐྱོར་བར་འདོད་པ་དང་། བར་དང་བཅས་པས་གྲུབ་པ་དང་། བར་མེད་ཏུ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་རྣམས་མདོན་སྟུང་པ་དང་། པག་ན་མོ་སོགས་འདོད་པའི་རྩལ་རྒྱས་པ་མདོན་པ་མཛོད་སོགས་ལས་བསྟན་པ་དེ་དག་ཡང་། ཐེག་ཆེན་ལུགས་པས། དེ་ནི་ཀྱན་གཞི་ཡིད་དང་བཅས་པ་ལུལ་ཏུ་སྤང་བའི་རྒྱས་པ་ཡིན་པ་མ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་གཞན་ཏུ་

སྒྲིབ་པ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ལས་ཐ་དད་པའི་ཕྱི་དོན་བདེན་པ་མེད་པའི་
ལུང་རིགས་ཀྱིས་བཀག་ཡོད་པ་རེད། འོ་ན་རྒྱལ་བས་མངོན་པ་ལ་སོགས་པའི་
གཞུང་དག་ཏུ་གཞུང་བ་རྒྱལ་ཕྱན་ཆ་མེད་དང་། ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཆ་མེད་ལ་
སོགས་པའི་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་དག་ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཕྱ་
སྒྲིགས་པས་འདོད་པའི་ཐམས་ཅད་བྱེད་པོ་བདག་དང་། དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་
ཡོད་པར་རྟོག་པ་དགག་པའི་ཕྱིར་དུ། ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྲུབ་པའི་འབྲུང་བའི་རྒྱ་རྒྱལ་
ཕྱན་ཆ་མེད་སོགས་ཀྱི་རིག་པ་འདི་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

༡ གནས་མ་བྱ་པའི་བདག་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ།

བདག་དང་གང་ཟག་བརྟགས་པར་བརྗོད། །

བདེན་པའི་རྣམ་གྲུབ་རྒྱལ་ཅམ་མེད། །

ཡོད་ན་འབད་མེད་ཐར་པའམ། །

ཐར་མེད་སྒྲོན་འབྱུར་ཞེས་སུ་བསྟན། །

དེ་སོགས་སེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡི། །

སྒྲིབ་གཉེན་མཁས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་བཞིན། །

གནས་མ་བྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་འགའ་ཞིག་བདག་དང་གང་ཟག་
ལ་སོགས་པ་རྟག་པར་ཡོད་པ་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་ཡང་། མིང་ཅམ་དུ་བརྟགས་ནས་
བརྗོད་པར་བྱས་ཀྱི་བདེན་པའི་རྣམ་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་དོ། གལ་ཏེ་
བདེན་པའི་རྣམ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་འཁོར་བའི་ཆོས་སུ་བདེན་པར་ཡོད་དམ། ལྷ་
ངན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་སུ་བདེན་པར་ཡོད། འཁོར་བའི་ཆོས་སུ་བདེན་པར་
ཡོད་ན་རྗེ་ལྟར་ཆོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱས་ཀྱང་ཐར་པ་ཐོབ་རྒྱུ་མེད་པའི་སྒྲོན་
དུ་འབྱུར་ལ། ལྷ་ངན་ལས་ཀྱི་ཆོས་སུ་བདེན་པར་ཡོད་ན་འབད་མེད་དུ་ཐར་པ་ཐོབ་
པར་འབྱུར་རོ། །

དེ་ལ་སོགས་པས་བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་པས་ཕྱི་དོན་བདེན་པར་འདོད་པ་དང་། མདོ་སྡེ་
པས་ཕྱི་དོན་བདེན་པ་ཡིན་ཡང་། རང་དུས་ཀྱི་སེམས་སྒྲིབ་དུ་འདོད་པ་དང་།
སེམས་ཅམ་པས་སེམས་རང་རིག་རང་གསལ་བདེན་པར་འདོད་པ་དང་། དཔུ་

མ་པས་སེམས་ཀྱང་བདེན་མེད་ཏུ་འདོད་པ་དང་། དབྱ་མ་ཆེན་པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
མེད་ཅམ་གྱིས་མེད་དགག་དེ་ཡང་མ་ཡིན་པར། སོ་སོ་རང་རིག་ཏུ་འདོད་པ་ལ་
སོགས་སྤང་གཉེན་གྱི་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་རྣམས། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་པར་
གསུངས་བཞིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། སྐྱོང་བྱེད་རྒྱུ་བཤད་པ།

གཅིག །རྒྱུ་སྤྱི་བཤད་པ།

འདིར་ནི་ཡུལ་སྤང་ལུས་འདི་ལ།

ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་དེས་པ་ཡིས།

སྤང་གཉེན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།

བྱང་པར་རྩོམ་ལུས་ལྡན་པའི།

སྤྱི་བྱེད་ལོ་བརྒྱའི་རྒྱུང་རི་སྤྱོད།

བསྐྱེད་ན་བྱེད་བརྒྱུན་ཅུ་བརྒྱན།

ས་ཡ་བརྒྱུན་དང་འབྲམ་ཐུག་ཏུ།

ཡོད་པས་སྐྱུང་གཞི་དེ་སྐྱོང་པའི།

ཚེས་སྐོ་དེ་དང་མཉམ་པ་ཡིན།

བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྐྱོང་རགས་རིམ་གྲངས།

སྐྱིར་གསང་སྤགས་རྩོམ་ཐིག་པའི་ལུགས་འདིར་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་
སྤང་གི་ལུས་འདི་ལ། ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་དག་དང་མ་དག་པའི་དེས་པ་ལས་སྤང་གཞི་
དང་སྐྱོང་བྱེད་སོགས་སྤང་གཉེན་སོ་སོར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལས་བྱང་པར་ཏུ་ཁམས་ཏུག་ལྡན་གྱི་རྩོམ་ལུས་དང་ལྡན་པའི་སྤྱི་བྱེད་
ལོ་བརྒྱའི་རྒྱུང་རི་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་ན་བྱེད་བརྒྱུན་ཅུ་བརྒྱུན་དང་། ས་ཡ་བརྒྱུན་
འབྲམ་ཐུག་ཡོད་པས་དེ་དག་སྐྱུང་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་སྐྱོང་བར་བྱེད་པའི་ཚེས་
སྐོ་ཡང་དེ་དང་མཉམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། ཚེས་སྐོ་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྐྱོང་ཏུ་

① མི་ལུས་ཀྱི་ལོ་བརྒྱའི་རྒྱུང་གྲངས། 777,600,000

གསུངས་པ་ནི་སྤྱད་གཞི་དང་། སྤྱོད་བྱེད་རགས་རིམ་ཏུ་བགྲངས་པའི་གྲངས་ཡིན།

གཉིས། བྱེ་བྲག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་བཤད་པ།

དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་རི་སྟེད། །

རྒྱ་བ་ཟུང་འདས་ལམ་ལྡན་པ། །

གཉེན་པོའི་མཆོག་སྟེ་སྤྲུལ་མེད་རྒྱུ། །

དེ་ཕྱིར་ལོ་བརྒྱའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་། །

བསྟོམས་པས་ལོ་གསུམ་ཚྭ་གས་གསུམ་གྱི། །

ལོ་གསུམ་ཞག་ནི་སྟོང་བརྒྱད་ཅུ། །

ལོ་གསུམ་སྟུ་གསུང་ཐུགས་དབྱེ་བས། །

སྟུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུ་གསུམ་སྟེ། །

བསྟོད་པ་རིགས་དྲུག་རྒྱུ་ཏུ་བཤད། །

ཟླ་བའི་དབྱེ་བའི་རིགས་ནམས་ནི། །

སུམ་ཅུ་ལོ་དྲུག་རྒྱུ་ཏུ་བཤད། །

གཡས་གཡོན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གྱི། །

དབྱེ་བས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱུ། །

ཙ་རྒྱུ་བདུན་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཡོད། །

འདི་ནི་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཆོ་ཅུ། །

ཐུག་གྲངས་དག་པར་གསུངས་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་ལོ་བརྒྱའི་རིང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་རི་སྟེད་པ་དེ་ནམས་ནི། བསྟོམས་པས་བྱེ་བ་གཉིས་དང་། ས་ཡ་བཞི། འབུམ་གསུམ་^①རྒྱ་བ་དེ་སྟེད་ཀྱི་ཟུང་འདས་ཀྱི་ལམ་དང་ལྡན་པས་དེ་དག་ཐབས་ཀྱིས་ཐེན་ན་གཉེན་པོའི་མཆོག་ཡིན་པར་སྤྲུལ་མེད་ཀྱི་རྒྱུ་སྟེ་ནམས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་ལོ་བརྒྱའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་བསྟོམས་པས་ལོ་གསུམ་དང་ཚྭ་གས་གསུམ་

① ལོ་བརྒྱའི་ཡེ་རྒྱུ་གི་གྲངས། 24,300,000

འབྱུང་བ་ལས། ལོ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཞག་སྟོང་དང་བརྒྱད་ཅུ་འབྱུང་། ལོ་གསུམ་པོ་
 དེ་ཡང་སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱིས་དབྱེ་བས། སྤྱི་གཞི་ལོ་གསུམ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱི་གསུང་
 ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུད་གསུམ་རུ་བསྟན་པ་དང་། ལོ་རེ་ལ་ཉི་མ་བྱང་བཤོད་དང་སྟོ་བཤོད་
 ཀྱི་རུས་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་དེ། ལོ་གསུམ་ལ་བཤོད་པ་དུག་གིས་དབྱེ་བས་རིགས་
 དུག་གི་རྒྱུད་རུ་བཤད་པ་དང་། ལོ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ལྷ་བ་སུམ་ཅུ་སོ་དུག་འབྱུང་
 བའི་དབང་རུ་དབྱེ་བས། རྒྱུད་ཉི་སུམ་ཅུ་ཙུག་འབྱུང་བ་དེ་དག་ནི་བསྟན་རྒྱུད་
 ཡིན་ཞིང་། སུམ་ཅུ་སོ་དུག་པོ་དེ་རེ་ལ་གཡས་གཡོན་ནམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་དབྱེ་བས་
 རྒྱག་གཉིས་སུ་དབྱེ་བར། ལྷ་བའི་རྒྱགས་བདུན་ཅུ་དོན་གཉིས་སུ་འབྱུང་བ་དེ་སྤྱོད་
 བྱེད་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་ཙུག་བདུན་ཅུ་ཙུག་གཉིས་ཡོད་ལ། འདི་ནི་བདེ་མཚོག་
 མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཚོར་གཙོ་བོའི་ཐུག་བདུན་ཅུ་ཙུག་གཉིས་ཀྱི་གངས་དག་པར་
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་གངས་དང་ཡི་གེ་སྤྱི་ལུང་ལྟེ་ལ་བཤད་པ།

ཨ་སོགས་དབྱངས་ནི་སུམ་ཅུ་དུག །

ཀ་སོགས་གསལ་བྱེད་དེ་དང་མཉམ། །

རྩོད་བྱེད་ཡི་གེའི་གཙོ་བོར་གསུངས། །

རེ་རེའང་རྒྱུད་སྟན་སུམ་ཅུ་སྟེ། །

སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡིན་པར་བཤད། །

ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡི། །

རྒྱུད་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་སྟེ། །

ཐིག་ལེ་ཚོག་དུག་ཀྱི་གྲག་གི། །

དབྱེ་བས་སྤྱི་དང་རིང་ཤིན་རུ་རིང་། །

ཨ་སོགས་དབྱངས་སོ་དུག་ཅེས་པ་ནི། ཀམ་པ་མཁའ་ཁྱབ་རྩོད་རྩེའི་ཟབ་མོ་ནང་
 དོན་ཀྱི་འགྲེལ་པ་རྩོར་སེམས་ཞལ་ལྱང་རྩི་མེད་འོད་སྤྱང་ལས། ཨ་ཨི་རི་ལི་ལྷ་སྟེ་
 ཙུ་བའི་དབྱངས་ལ། ཨ་ཨི་ཨར་ཨོ་ཨལ་སྟེ་ཡོན་ཏན་ལ། ཏ་ཡ་ར་མ་ལ་སྟེ་སྟེན་
 ལ་བཅས་དབྱངས་སྤྱི་དུ་བཙོ་ལ། དེ་སྟོང་དབྱངས་རིང་པོ་བཙོ་ལ་བསྟན་པས་

སུམ་ཅུ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ཐིག་ལེ་དང་། ཆོག་དྲག། གྱི་གྲག། དབྱག་པ། ཐང་གཤོལ་
 ལྟ་བུ་སྤྱིང་བྱངས་གཟུགས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པས་ན། བརྗོད་མེད་གྱི་ཡི་གེ་
 ལྷའམ་སྤྱིང་ཆེན་ཡི་གེ་ལྟ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ཨོ་བཞུན་པར་བསྐྱེམས་པས་དབྱངས་སོ་
 རྒྱག་ཡིན། །གསལ་བྱེད་སོ་རྒྱག་ནི། ཀ་ཁ་ག་སྟང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་
 རྩ་ན། ཌ་ཐ་ཌ་རྩ་ཐ། པ་མ་བ་ཟ་མ། ས་ཐ་ཎ་ཤ་རྩ་ཏ་ཡ་ལ་ར་ལ་ལྷུང་། བཅས་
 ཡིན། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་འདི་དག་ནི་རྗོད་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་གཙོ་བོར་གསུང་
 ཤིང་། དེ་ཡང་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ་རེ་རེ་ཡང་དབྱངས་སུམ་ཅུས་བསྐྱར་བར་
 བསྐྱེམ་པ་དགྲ་བརྒྱ་དང་། དབྱངས་གསལ་དེ་དག་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་སྤྱེས་པས་
 གཅིག་སྤྱིང་བརྒྱད་བརྒྱར་འགྱུར། དེ་ནི་དུས་སྦྱོར་གཅིག་གི་རྒྱུད་གངས་དང་།
 སྦྱར་བའི་ཡི་གེ་གཅིག་སྤྱིང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡིན། དེ་དུས་སྦྱོར་གཅིག་གི་རྒྱུད་གངས་
 དང་མཉམ་པ་ཡིན་པས་རྒྱུད་སྤེའི་དབྱེ་བ་ཡང་དེ་དང་མཉམ་པ་དང་། དུས་སྦྱོར་
 བརྒྱ་གཉིས་བསྐྱེམ་པས། ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་རྒྱུད་ཉི་ཤི་ཆིག་སྤྱིང་རྒྱག་བརྒྱ་ཡིད་
 པས་རྒྱུད་སྤེའི་ཡན་ལག་གི་གངས་ཀྱང་དེ་དང་ལྗན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་རེ་རེའང་
 ཐིག་ལེ་སྟུ། ཆོག་དྲག་གསུང་། གྱི་གྲག་སྤྱགས་ནམས་གྱི་དབྱེ་བས་སྤྱད་ཏུ། རིང་
 སོ། ཤིན་དུ་རིང་སོ་རྣམས་སུ་འགྱུར་རོ། །

བཞི། ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུད་གངས་དང་ཡི་གེ་སྦྱར་རྒྱུ་ལ་བཤད་པ།

གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་དབྱངས་རྒྱག་བསྐྱར། །

སུམ་བརྒྱ་རྒྱག་རྒྱ་ཙ་བའི་དབྱངས། །

ཉིན་མཆན་དབྱངས་ཀྱང་རྒྱག་རྒྱ་སྟེ། །

དེ་སྦྱོར་དབྱགས་གངས་ཞག་གཅིག་དང་། །

ལོ་གཅིག་རྒྱ་རྗོད་དབྱངས་མཐུན་སྦྱོར། །

གསལ་བྱེད་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །

ཞིབ་དུ་དབྱངས་འཆར་ནང་དུ་སྟོན། །

① འཁོར་ལོའི་རྒྱ་རྗོད་གཉིས།

སྤྱོད་མེད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོགས། །

ནམ་དབྱེ་བསྐྱེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །

གསལ་བྱེད་སྤྱོད་ལ་དབྱེས་ཀྱི་གིས་བསྐྱེས་པས་གཅིག་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་
བྱེད་བ་དེ་ལ། དབྱེས་ཅིང་པོ་ཅན་དེ་དང་མཉམ་པར་བསྟན་པས་སྤྱོད་བརྒྱ
ཀྱི་ལུ་པོ་དེ་ནི་ཚ་བའི་དབྱེས་ཏེ། ལོ་གཅིག་གི་ཞག་སྤྱོད་བརྒྱ་ལ་འཆར་
བའི་ཡི་གེ་ནམས་ཡིན་ནོ། །ཉིན་མཚན་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་། དབྱེས་
ཀྱི་ལུ་པོ་དེ། ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རྒྱ་ཚོད་ཀྱི་དབང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། དེའི་
ཕྱིར་ན་ཞག་གཅིག་གི་དབྱེས་ཉི་ཤི་ཆིག་སྤྱོད་བརྒྱ་དང་། ལོ་གཅིག་གི་རྒྱ་
ཚོད་ཉི་ཤི་ཆིག་སྤྱོད་བརྒྱ་དང་། སྤྱོད་བའི་དབྱེས་གཉིས་གཞི་གཅིག་མཐུན་
ཡིན། གསལ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞིབ་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་ན་
དབྱེས་འཆར་གྱི་གཞུང་ལས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །འདི་ལ་ནི་སྤྱོད་མེད་པའི་རྒྱུད་
ཀྱི་ཚོགས་ནམས་ནམ་པར་དབྱེ་བའི་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་མདོར་བསྐྱེས་ནས་བསྟན་པ་
ཡིན་ནོ། །

ལ། །ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་གངས་སྤྱོད་ལ།

༡ རུས་འཁོར་གྱི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པ།

ད་ནི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་མེད་རྒྱུད། །

དེ་དག་གཙོ་བོར་ཅུང་ཟད་བརྟོག་ཏེ། །

ལོ་གསུམ་ཞག་ལ་བདུན་གྱིས་བཤོས། །

བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་བཞི་སྟེ། །

རུས་འཁོར་ཁྱེད་དུ་སྤྱོད་གངས་ཏེ། །

སྤྱོད་གཉིས་ཐབས་ཤེས་བདག་ཉིད་གསུངས། །

དེ་ཡང་དོན་དམ་ལ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཐབས་ཤེས་གཉིས་མེད་ཡིན་ཡང་། ཀྱན་
རྟོག་དུ་ཐབས་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་མ་རྒྱུད་དང་། ཤེས་རབ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་མ་རྒྱུད།
ཆ་མཉམ་དུ་སྟོན་པ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིན་པ་ལས། གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་དཔལ་
རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་གངས་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་ཅུང་ཟད་བརྟོག་པར། ལོ་

བརྒྱུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ལོ་གསུམ་ཡོད་པ། དེའི་ཞག་གྲངས་གཅིག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་
 ཡོད་པ་ལ། དེས་གཟུང་བརྟན་གྱིས་བགོས་པས་ཐོབ་དོན་བརྒྱ་དང་ད་བཞི་ཡོད་
 པ་དེ། རྩལ་འཁོར་ཉུང་རྩའི་པར་གདན་ཅན་གྱི་ལྷ་གྲངས་དང་། བགོས་ལྷག་
 གཉིས་ཡོད་པ་ནི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བདག་ཉིད་མཆོན་བྱེད་ཡིན།

༡ སྒྲིམ་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ལྷ་དང་སྒྱུར་བ།

ཟླ་བ་ཆ་ནི་བཅོ་ལྷ་རྟེ། །

དེས་ཕྱེ་བརྟན་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཏེ། །

བདག་པོ་འབྲིག་བཅས་རྣལ་འབྱོར་མའི། །

དེས་དོན་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཅུ་བཤད། །

བརྩམས་ན་དཔའ་མོ་སུམ་ཅུ་བརྟན། །

ཐབས་གཅིག་དང་བཅས་ལྷས་ལ་གནས། །

དེ་ཡང་སྒྱུར་གཞི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ལོ་གསུམ་གྱི་ཞག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ལ་ཟླ་བའི་
 ཆ་བཅོ་ལྷས་བགོས་པས། ཐོབ་པ་བརྟན་བརྒྱ་ཙ་གཉིས། (1080,15-72) དེ་ཡང་
 ལོ་གསུམ་ལ་ཟླ་བ་སོ་དྲུག་ཡོད་ཅིང་། ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆ་གཉིས་སུ་དབྱེ་
 བས་ཆ་དོན་གཉིས་ཡོད་པ་དེ། སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་དོན་གཉིས་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཟེ།
 བདག་པོ་དང་མཁྲིག་པ་རྟེ་གཙོ་པོ་ཡབ་ཡུམ་སྟོར་བ་དང་བཅས་རྣལ་འབྱོར་མའི་
 ཡབ་རྣམས་བཅས་པ་བསྒྲིམས་པས། བདེ་མཆོག་སྒྲིམ་པ་ཆེན་པོ་དེས་བརྗོད་
 འབྲུམ་པའི་ལྷ་བརྟན་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཅུ་བཤད། དེ་རྣམས་རིགས་བརྩམས་ན་དཔའ་མོ་
 སུམ་ཅུ་ཙ་བརྟན་དང་། ཐབས་སམ་ཡབ་གཅིག་བཅས་ལྷས་ལ་གནས་པ་ནི། སྒྲིམ་
 ཆུང་ཙ་རྒྱུད་བརྩམས་པའི་ལྷ་གྲངས་སོ། །ཟབ་མོ་ནང་དོན་འགྲེལ་པ་ལོ་ཆེན་ཞལ་
 ལུང་ལས། གཙོ་པོ་དཔའ་པོ་ཡབ་གཅིག་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་བཅས་གྲངས་དོན་
 གཉིས་ཞེས་གསུངས།

༡ ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་སྒྱུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་ལྷ་དང་སྒྱུར་བ།

ཟླ་ཕྱིད་གསུམ་གྱི་ཞག་དེ་དག །

ཁྱད་པར་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིན་པས། །

དུས་རྒྱུད་རྒྱ་བ་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས། །
 དབྱེ་བས་ལྷ་བརྩ་བཞི་བརྩ་ཡིན། །
 དེ་ལ་རྒྱ་འཕྲུལ་བྱ་བ་ནི། །
 རྣམ་གསུམ་ཞི་དགུའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་། །
 ཞེ་ལྷ་ཞེ་གསུམ་རྒྱུད་རྣམས་སོ། །
 ཉིས་བརྩ་བརྩ་ཅུ་ཙུ་བཞི་ཡིན། །

རྒྱུད་རྒྱ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་ལྷ་གངས་ནི། དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུགས་གསུམ་གྱི་ཞག་
 སོ་ཞེ་ལྷ་དེ་དག་བྱུང་པར་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད། རྒྱ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་གངས་
 འཆར་བའི་གཞི་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རི་ལྷར་འཆར་ན། ཞག་ཞེ་ལྷ་ལ་དུས་རྒྱུད་རྒྱ་
 བ་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱུར་བས། ལྷ་བརྩ་བཞི་བརྩ་ནི་རྒྱུད་གཞི་ཡིན་ལ། དེ་ལ་
 རྒྱུད་བྱེད་རྒྱ་འཕྲུལ་བྱ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ལྷ་ཞི་དགུའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་། ཞེ་
 ལྷ་མ་དང་། ཞེ་གསུམ་མ་རྣམས་བསྟོམས་པས་བརྩ་དང་སོ་བརྩ་ལོད་པ་དེ་དག་
 ཐབས་ཤེས་གཉིས་སམ་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་ལྷ་ཉིས་བརྩ་དོན་བཞི་ཡོད།
 ༥ ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་གསང་བ་འདུས་པའི་ལྷ་དང་རྒྱུད་པ།

དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་རྣམ་ཐུག་སྟེ། །
 དགུ་དང་བརྩ་གསུམ་བརྩ་དགུ་དང་། །
 ཉིར་ལྷ་སོ་གཉིས་སོ་བཞི་སྟེ། །
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དབྱེ་བ་ཡིས། །
 ཉིས་བརྩ་ཐུག་ཅུ་ཙུ་བཞི་ཡོ། །
 ཐབས་ཤེས་དང་བཅས་གངས་རྣམས་སོ། །

དེ་ཡང་གོང་དུ་བསྟན་པའི་ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་རྒྱ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་ལྷ་གངས་ཀྱི་ལྷ་ག་
 མ་རྣམས་ནི། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ལྷ་གངས་ཏེ། དཔལ་གསང་བ་འདུས་
 པའི་གྱིལ་འཁོར་རྣམ་ཐུག་གི་ལྷ་གངས་བསྟོམས་པས་ཉིས་བརྩ་ཐུག་ཅུ་ཙུ་བཞི་སྟེ།
 ལྷ་དགུ་པ་དང་། བརྩ་གསུམ་མ། བརྩ་དགུ་མ། ཉིར་ལྷ་མ། སོ་གཉིས་མ། སོ་བཞི་
 མ་བཅས་བསྟོམས་པས་བརྩ་དང་སོ་གཉིས་དང་། དེ་དག་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སམ་

ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་ཉིས་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཙུ་བཞིའོ། །ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་དགྱིལ་
འཁོར་སྒྲ་བྱི་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་གངས་བསྐྱེམས་པས་ལྷ་བརྒྱ་སོ་བརྒྱད་དང་། དེའི་སྒྲིང་
དུ་ལྷ་གཙོ་པོ་རིགས་བདག་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱེན་པས་ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་གངས་ལྷ་བརྒྱ་
བཞི་བརྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་སྒྲིང་གཞི་དུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྷ་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་དང་། སྒྲིང་
བྱེད་དེ་དང་མཉམ་པའི་ལྷ་གངས་རྣམས་སོ། །

༥ རྒྱུད་གཞན་དང་སྒྲིང་བ།

ཐོད་པ་རྩོལ་བརྒྱད་ཅི་དང་། །

དགྱིས་རྩོར་སོགས་རྣམས་མ་རྒྱུད་ཀྱི།

སྐྱེམ་པའི་ནང་དུ་འདུས་པར་གསུངས། །

གཤིན་རྩི་གཤེད་སོགས་གསང་བར་བསྟ། །

ངག་དབང་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སོགས། །

དཔལ་ལྷན་རྒྱ་སྐར་དགྱིལ་འཁོར་ཅན། །

རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱན་ཀྱང་འདུས་ཏེ། །

བྱ་སྒྲིང་དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཡིན། །

དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུད་བཤད་དོ། །

དེ་ཡང་ཐོད་པ་ཉེར་ལྷ་མ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྩོལ་བརྒྱད་ཅི་དང་། དགྱིས་
རྩོར་ལ་སོགས་པ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེམ་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ནང་དུ་འདུས། གཤིན་རྩི་དང་། ཉ་
མགིན་ལ་སོགས་པ་པ་རྒྱུད་ཡིན་པས་གསང་བ་འདུས་པར་བསྟ། ཆོས་དབྱིངས་
གསུང་དབང་དང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་སྐར་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་སོགས་པ་ནི་དུས་ཀྱི་
འཁོར་ལོའི་ནང་དུ་བསྟ། དེ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱང་པ་རྒྱུད་དུ་
འདུ་ཞིང་། བྱ་སྒྲིང་རྣམས་ཀྱང་དེའི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ལྷ་
ཐམས་ཅད་སྒྲིང་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དུག །ལུས་ཀྱི་ཙུ་རྣམས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་དང་སྒྲིང་བ།

༡ དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷ་དང་སྒྲིང་བ།

ཙུ་ཡང་དེ་བཞིན་གསུངས་པ་ནི། །

སྤྱིང་ག་ཤོག་ནི་དུས་འཁོར་ལོ། །
 རོ་རྒྱང་ཞབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། །
 སྤྱིང་གར་སངས་རྒྱས་ལྟ་མོ་བརྒྱད། །
 ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཆོགས་ཡུམ་དུ་བརྗོད། །
 བུམ་པ་བཤང་གཅི་ཤ་དང་རྒྱང་། །
 བྱུ་བྱག་ཡིན་ཏེ་གཙུག་ཏོར་ནི། །
 རོར་བྱ་གཞི་ཤིང་དང་དུང་། །
 བུང་པོ་ཁམས་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཡུམ། །
 མིག་སོགས་དུག་དང་ཡུལ་རྣམས་ནི། །
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལྷ་མོར་བཅས། །
 རྒྱང་སོགས་ལས་དབང་ཁྱོ་པོ་བརྒྱ། །
 ལྷ་བའི་རྩ་རྣམས་འཛིགས་མ་སོགས། །
 གསུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་རང་བཞིན་ཡིན། །
 ཆོགས་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཅའི་འཁོར་ལོ། །
 སྤྱི་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་གནས་པ་ཡིན། །
 མོར་ཆོགས་སྤྱ་དང་གདུམ་མོ་སྤྱེ། །
 བ་སྤྱ་འབྱུང་པོའི་རང་བཞིན་ནོ། །
 འདོད་དང་མི་འདོད་རྟོག་པ་ཀྱུན། །
 མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་དང་བཅས་པ། །
 རྩ་ཁམས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི། །
 དབྱེ་བས་སྤོང་དང་བརྒྱ་ཅུའོ། །

དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་རྩ་ཁམས་རྣམས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷ་ཆོགས་དང་སྤྱང་རྩལ་
 ནི། སྤྱིང་ཁའི་ཤོག་རྒྱང་གནས་པའི་རྩ་དབྱུ་མ་ནི་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། རོ་རྒྱང་
 གཉིས་ནི་ཞབས་དཀར་དམར་གཉིས་ཡིན། འཁོར་ལོ་དུག་གི་ལྷ་བའི་མི་ཤིག་པ་
 ནི་སངས་རྒྱས་དུག་ཡིན། སྤྱིང་གའི་རྩ་བརྒྱད་ནི་དུ་བ་མ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་མོ་

བརྒྱད། ཡེ་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན་བདུད་བྲལ་མ་ནི་སྣ་ཆོགས་ཡུམ། བུམ་པ་བརྒྱད་
ནི་གཤམ་བ་དང་། གཅིན་པ། ཤ ། ཀླང་། ལུ་བ། ལྷག ། རུས་པ། ཆོལ་བཅས་སོ། །
གཙུག་གཏོར་གྱི་ཚ་བཞི་ནི་མོར་བྱ་དང་། གརྱ། དཔག་བསམ་ཤིང་། རུང་རྣམས་
སོ། ། ལུང་པོ་རྒྱག་དང་ཁམས་རྒྱག་གི་ཚ་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་རྒྱག་དང་དེའི་ཡུམ་
ལྷ་མོ་རྒྱག ། མིག་སོགས་དབང་པོ་རྒྱག་དང་། གཟུགས་སོགས་ཡུམ་རྒྱག་གི་ཚ་
རྣམས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྒྱག་དང་། སེམས་མ་རྒྱག ། ཀླང་པ་ལ་སོགས་
པའི་ལས་དབང་རྒྱག་དང་། དེའི་བྱ་བ་རྒྱག་གི་ཚ་ནི་ཁྲོ་པོ་རྒྱག་དང་ཁྲོ་མོ་རྒྱག་
ལྷེ་བའི་ཚ་རྣམས་ནི། འཇིགས་མ་ལ་སོགས་པའི་གསུང་དགྱིལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་
བདུན་ཅུ་ཚ་གཉིས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན། ཆོག་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ནི་སྤྱད་དགྱིལ་གྱི་ལྷ་
ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་དང་། ཆོས་ལྷ་སུམ་བརྒྱ་རྒྱ་ཅུ་བཅས་པ་ཡིན། སོར་ཆོགས་གྱི་
ཚ་རྣམས་སྤྱད་དང་གཏུམ་མོ། བ་སྤྱད་རྣམས་ནི་འབྱུང་པོ་བྱེ་བ་ལྷག་བྱེད་བཞིའི་རང་
བཞིན་ནོ། ། འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་
རྣམས། ཚ་ཁམས་རྣམས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གྱི་དབྱེ་བས་སྟོང་དང་བརྒྱད་ཅུ་
འབྱུང་ངོ་། །

༩ འཁོར་ལོ་བསྟོམ་པའི་ལྷ་དང་སྤྱུར་བ།

དཔལ་ལྷན་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པ་ནི། །

ཚ་གསུམ་བདུད་བྲལ་བཅས་པ་དང་། །

སྟིང་གར་ཡུམ་བཞི་མཆོད་པ་བཞི། །

ཚ་ཆེན་ཉེར་བཞི་རྣལ་འབྱོར་མ། །

རབ་གཏུམ་སོགས་ཡིན་དེ་ན་ཁམས། །

མོད་པའི་རུམ་སོགས་དཔའ་བོར་གསུངས། །

ལྷ་གདོང་ལ་སོགས་ཁྲོ་བརྒྱར་མཆོངས། །

ཐིམ་དང་ལོངས་སྤྱད་བདག་པོའི་ཕྱིར། །

ལྷ་ནི་བདུན་ཅུ་གཉིས་རང་བཞིན། །

འཁོར་ལོའི་འདབ་མ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། །

ལྷ་ཅུ་རྩོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོར་གསུངས། །

ལུས་ཀྱི་ཚ་རྣམས་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པའི་ལྷ་ཚོགས་དང་སྐྱོར་ན། ཚ་གཙོ་
མོ་གསུམ་ཡབ་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་དང་། བདུད་བུལ་མ་ནི་ཡུམ་རྩོ་རྩེ་པག་མོ།
སྒྲིང་གའི་སྤྱགས་བཞིའི་ཚ་བཞི་ནི་ཡུམ་བཞི་དང་། མཚམས་ཀྱི་ཚ་བཞི་ནི་མཚོད་
པ་བཞི། ཚ་ཆེན་ཉེར་བཞི་རབ་གདུམ་མ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ཉེར་བཞིའི་རྣལ་
འབྱོར་མ་ཉེར་བཞི། དེའི་ནང་གི་ཁམས་རྣམས་ཐོད་པའི་དུམ་བུ་ལ་སོགས་དཔལ་
པོ་ཉེར་བཞི། ལྷ་གདོང་མ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱད་ནི་ཁྲོ་པོ་བརྒྱ་དང་མཚུངས། ཚ་
གཙོ་མོ་ཉེར་བཞི་པོ་སོ་སོར་ཐིམ་པ་དང་། ལོངས་སྐྱོད། བདག་པོ་གསུམ་གྱིས་དབྱེ་
བ་ལས། རྣལ་འབྱོར་མ་བདུན་ཅུ་ཚ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། རྒྱས་པར་དབྱེ་ན་
འཁོར་ལོའི་ཚ་འདབ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཡོད་པ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱང་དེ་
དང་མཉམ་པར་རྩོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་ལས་གསུངས་སོ། །

༡ གསང་བ་འདུས་པའི་ལྷ་དང་སྐྱོར་བ།

དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་བཤད་བྱ་བ། །

ལུང་པོ་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཡིན་ཏེ། །

ཁམས་བཞི་རེག་བཅས་ལྷ་མོ་ལ། །

མིག་གཉིས་ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་སྟེ། །

ན་བ་ཕྱག་ན་རྩོ་རྩེའོ། །

སྤྲ་ནི་ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་སྟེ། །

ལྷེ་ལ་བཞུགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་། །

ཡིད་ན་འཇམ་དཔལ་ཁམས་རྣམས་ལ། །

སྒྲིབ་སེལ་ཡིན་ཏེ་ལུས་ལ་ནི། །

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ། །

ཚ་རྒྱས་བྱམས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཡན་ལག་ཚོགས་དང་ཁ་གསང་བ། །

ཁྲོ་པོ་བརྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་ཏེ། །

ལྷེ་བ་ལས་གྱི་རིགས་སྐྱེས་པ། །
 མཁུན་དང་གཏུམ་སོགས་ལྷ་མོ་ནི། །
 ཏུག་ཅུ་ཙུ་བཞི་གསུངས་པ་ཡིན། །
 རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་སོགས་སྟིང་གར་དག། །
 རྡོ་རྗེའི་རིགས་སུ་གསུངས་པ་སྟེ། །
 པརྒྱའི་སྟོན་མ་སོགས་བཅུ་ཏུག །
 མགྱིན་པ་པརྒྱའི་རང་བཞིན་ལ། །
 སྐྱི་པོར་རབ་རྩ་སད་ལ་སོགས། །
 འཁོར་ལོ་རིགས་ལྡན་སུམ་ཅུ་གཉིས། །
 རྒྱས་པར་རྡོ་རྗེ་ཕྱིར་བར་གསུངས། །

ལྷས་གྱི་ཙུ་ཙམས་དཔལ་ལྡན་འདུས་པ་དང་སྦྱར་ན། ལྷ་པོ་ལྷའི་ཙུ་སངས་
 རྒྱས་ལ། ཁམས་བཞི་རིག་བྱ་དང་བཅས་ལྷ་མོ་ལ། མིག་ཙུ་གཉིས་སའི་སྟིང་པོ། ཙུ་
 བའི་ཙུ་ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེ། ལྷའི་ཙུ་ནམ་མཁའི་སྟིང་པོ། ལྷའི་ཙུ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་
 ཡིད་གྱི་ཁམས་འངས་དཔལ། ཆོས་ཁམས་སྐྱིབ་སེལ། ལྷས་ཁམས་ཀྱན་རྩ་བཟང་
 པོ། ཙུ་རྒྱས་བྱམས་པ། ཡན་ལག་གི་ཆོག་དང་ཁ་དང་གསང་བ་ནི་ཁོ་པོ་བཅུ་
 ཙུ་ཙམས་སོ། །རིགས་གྱི་དབང་རྩ་བྱས་ན། ལྷེ་བ་སའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ལས་གྱི་
 རིགས་ལས་སྐྱེས་པ་མཁུན་མ་དང་། གཏུམ་མོ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་མོ་ཏུག་ཅུ་ཙུ་
 བཞི། སྟིང་ག་རྒྱང་གི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་རྡོ་རྗེའི་རིགས་རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་ལ་སོགས་
 པའི་ལྷ་དག། མགྱིན་པར་པརྒྱའི་རིགས་པརྒྱའི་སྟོན་མེ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་བཅུ་ཏུག་
 སྐྱི་པོར་ནམ་སྦྱང་གི་རིགས། རབ་རྩ་སད་མ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་
 ཡིད་པར་སོགས་སུ་གསུངས། རྒྱས་པར་རྡོ་རྗེ་ཕྱིར་བ་ལས་གསུངས་སོ། །

༥ རྒྱད་གཞན་གྱི་ལྷ་དང་སྦྱར་བ།

དེ་སོགས་དགྱིལ་འཁོར་རྩ་མ་རྣམས། །
 རྒྱང་པ་ཕྱོགས་རེ་ཆ་ལྡན་པ། །
 གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་འདུས་ཏེ། །

དཔེར་ན་དགེས་རྟོར་ལྟ་དགུ་ནི། །
 སྒྲིང་གའི་འཁོར་ལོ་རྒྱང་ཡིན་བཞིན། །
 ཐམས་ཅད་ལུས་ཀྱི་ཙ་རྒྱང་ཡིན། །

དེ་ལ་སོགས་པ་དགྱིལ་འཁོར་དུ་མ་རྣམས་ལས་རྒྱང་པ་དང་། སྐྱོགས་རེའི་ཆ་
 དང་ལྡན་པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་འདུས་ཏེ། རྒྱང་པའི་དབང་དུ་ན།
 དཔེར་ན། དགེས་རྟོར་ལྟ་དགུ་སྒྲིང་གའི་འཁོར་ལོ་རྒྱང་པའི་སྐྱོང་བྱེད་ཡིན་པ་
 བཞིན་དུ། དགྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ལུས་ཀྱི་ཙ་རྒྱང་ཐིག་ལེའི་དབང་ལས་བྱུང་བ་
 ཡིན་ཏེ། སྤྱི་པོར་སྤྱི་ལྟ་འཇམ་དཔལ་དང་གཤིན་རྗེ་གཤེགས་ལ་སོགས་པ།
 མགིན་པར་གསུང་གི་ལྟ་འོད་དཔག་མེད་དང་རྟ་མགིན་ལ་སོགས་པ། སྒྲིང་གར་
 ཡང་དག་དགེས་རྟོར་ལ་སོགས་པ་ཐུགས་ཀྱི་ལྟ་ཚོགས། ལྟ་བར་རིན་ཆེན་འབྱུང་
 ལྟ་དང་བདུད་རྩི་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་ལྟ་ཚོགས། གསང་གནས་སུ་ལུང་བ་
 དང་དོན་ཡོན་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་ཐིན་ལས་ཀྱི་ལྟ་ཚོགས། ཡན་ལག་ལ་མ་མོ་དང་།
 ཉིང་ལག་ལ་འཛིག་རྟེན་མཚོད་བསྟོད་དང་། དམོད་པ་དྲག་སྤགས་ཀྱི་ལྟ་ཚོགས་
 རྣམས་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །

བདུན། མཐུག་བསྟུ་བ།
 མདོར་ན་ཙ་ནི་སྐྱུ་ཡིན་སྟེ། །
 རྒྱང་ནི་སྤགས་དང་ཡི་གེའོ། །
 ཐིག་ལེ་སྤ་མོའི་རྩོགས་རིམ་མོ། །
 དེ་བཞིན་སྤྱིན་སྟེག་ལས་རྣམས་ཀྱང་། །
 བང་གི་སྐྱུང་གཞི་སྐྱོང་བྱེད་ཡིན། །
 འདིར་ནི་སྐྱོགས་ཙམ་བརྗོད་པའོ། །
 དེ་བཞིན་ས་དང་ལམ་དང་གཟུངས། །
 ཉིང་འཛིན་རབ་འབྱམས་ལྟ་དང་སྤགས། །
 ལུས་སེམས་ནང་གི་དབྱེ་བ་ལ། །
 བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་གཞིགས་པས་གསུངས། །

མདོར་ན་ཙུ་མི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ་ལམ་དུ་སྐྱེད་རིམ་སྒྲིམ་ཞིང་། རྒྱུ་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་ཡི་གེ་ཡིན་ཏེ་ལམ་དུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བ་དང་། ཐིག་ལེ་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བ་དང་ཡིན་ཏེ་ལམ་དུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་འབྲུལ་འཁོར་ལ་སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱང་ཀྱང་ནང་གི་སྤྲུང་གཞིའི་དབང་གི་སྤྲུང་བྱེད་ཡིན་ཞིང་འདི་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བ་ཡིན་པ་ལོ། །དེ་བཞིན་པར་བྱིན་ཐེག་པར་གསུངས་པའི་སྤྲུང་དང་ལམ་དང་གཟུང་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། རབ་འབྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སོགས་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ལྷན་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ནང་གི་སྤྲུང་གཞི་དང་། སྤྲུང་བྱེད་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་སྤྲུང་སྤྲུལ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུ་བརྩ་པ།

བྱན་མོང་དང་བྱན་མིན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་པོ། བྱན་མོང་པའི་ལམ།

དེ་ལྟར་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ། །

སེམས་ཀྱི་ཆ་ལས་སྤང་བ་སྟེ། །

དེ་ཕྱིར་འདི་དོན་གནད་འཆིང་བ། །

ལམ་རིམ་ཀུན་ལས་བྱད་པར་འཕགས། །

དེ་ཡང་སྤང་བཤད་པ་ལྟར་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོ་ཡང་གཞན་སེམས་ཀྱི་ཆ་
ལས་སྤང་བ་ཡིན་པས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཡིན་ལ། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་འཁོར་འདས་
གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་རྟེན་ཅ་ཐིག་རྒྱུད་གསུམ་པོ་དག་དང་མ་དག་པའི་
དབང་གིས་འཁོར་འདས་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡིན་པས་ན་དེའི་ཕྱིར། འདི་དག་གི་
དོན་གྱི་གནད་འཆིང་བ་ནི། དམན་པ་ཉན་རང་དང་། ཐིག་ཆེན་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་
པའི་ལམ་རིམ་ཀུན་ལས་བྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངེས་དོན་
སྤགས་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐར་འཁོང་རྒྱལ་བ་ཡང་ལམ་འདི་ཉིད་ལ་
བརྟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཅིག །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་བཤད་པ།

གང་ཟག་བདག་མེད་ནི་བ་ཅམ། །

ལྟར་བ་སྤྱིད་པ་ལན་གསུམ་སྟེ། །

རྒྱན་ཞུགས་འགོར་ནའང་ལན་བདུན་ཡིན། །

དེ་ནི་རང་དོན་ནི་བ་ཅམ། །

དེ་ཡང་ཉན་ཐོས་ནི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞིས་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ན། ལྟལ་
བསྟལ་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་སྤང་གིང་། ལམ་བྱང་སྤྱགས་སོ་བདུན་ལ་

བརྟེན་ནས་འགོག་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན། དེ་ཉིད་ཀྱི་
ལྷ་བའི་བྱད་པར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་ཤིང་། བསམ་པའི་བྱད་པར་རང་
ཉིད་ནི་བ་ཙམ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྷ་བའི་རང་གི་བྱད་ཆུབ་དེ་ཐོབ་པའི་ལམ་
སྤྱར་བུལ་གྱི་བྱད་པར་ཡང་། སྤྱིད་པ་ཆེ་གཅིག་ལ་རྒྱན་ཞུགས་དང་། ཆེ་གཉིས་ལ་
ཕྱིར་འོང་ཕྱིར་མི་འོང་གཉིས་དང་། ཆེ་གསུམ་ལ་དག་བཙམ་པ་མངོན་དུ་ཐོབ་
པར་འདོད། རྒྱན་ཞུགས་ཇི་ལྟར་འགོར་ན་ཡང་སྤྱི་བ་ལན་བདུན་གྱི་མཐར་དག་
བཙམ་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་འབྲས་སུ་ནི་རང་དོན་ནི་བ་ཙམ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བཤུད་པ།

རང་རྒྱལ་བསྐལ་པ་ཉི་ཤུ་ནས། །

བསེ་རུ་བསྐལ་པ་བརྒྱ་ཡིས་འགྲུབ། །

དེ་ཡང་རང་རྒྱལ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་དབང་པོ་འབྲིང་པོ་ཡིན་ཞིང་། རང་རྒྱལ་ཆེ་
བ་ཡིན་ལ། དེའི་ལྷ་བ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། བཟུང་བ་རང་བཞིན་
མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ན་བདག་མེད་བྱེད་གཉིས་རྟོགས་པར་འདོད། བསམ་
པ་ནི། རང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་མ་གྱོན་པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་རང་གི་བྱད་
ཆུབ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱད་ཆུབ་ནི་རིམ་གྱིས་ཆོགས་
སྒྲིར་རྒྱུ་བ་བསྐལ་པ་ཉི་ཤུ་ནས་ཐོབ་ཅིང་། ཆེ་བ་བསྐལ་པ་ལྷ་བརྒྱུ་ལ་འགྲུབ་པ་
དང་། བསེ་རུ་ལྷ་བུས་ནི་བསྐལ་པ་བརྒྱ་ཡིས་རང་གི་བྱད་ཆུབ་འགྲུབ་ལ། དེ་
ཡང་རང་ལམ་ལ་སྟོན་ནས་སྤྱི་མཆན་པོ་འདི་དབང་པོ་རྣེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། བ་ལོ་དུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་བཤུད་པ།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་བྱེད་པ། །

བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གངས་མེད་གསུམ། །

དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པར་བྱེད་པའི་བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ནི། བསམ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པར་བྱེད་པའི་སྟོན་འཇུག་གི་སེམས་
གཉིས་དང་ལྡན་ཞིང་། ལྷ་བ་སྤྱིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་བདག་མེད་

གཉིས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས།
 ལམ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྦྱོད་ནས། བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གསུམ་ལ་བྱང་
 ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད། གངས་མེད་གསུམ་པོ་དེ་ཡང་ཆོགས་སྒྲིམ་པའི་མང་ཆོག་
 ཡིན་གྱི། གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ལོ་གངས་དེ་ངེས་པར་བགངས་དགོས་པ་ནི་མ་
 ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། ཟུན་མིན་གསང་སྤྲུལ་གྱི་ལམ།

གཅིག །རྒྱད་ཟླ་བཞིའི་དུས་ཀྱི་བྱང་པར་བརྟན་པ།

འདིར་ནི་ཐབས་ཀྱི་བྱང་པར་གྱིས། །

པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་ལམ་དེ་ལས། །

བྱ་སྦྱོད་ཚུལ་གྱི་ཐབས་མཁས་ཅམ། །

ལྡན་ཡང་མི་ཆོ་དུག་ཏུ་སྟེ། །

ནལ་འཕྱོར་མི་ཆོ་བརྩུ་དུག་ཡིན། །

སླ་ན་མེད་པ་ཆོ་གཅིག་གིས། །

བཙོན་ལྡན་ངེས་པར་འབྱུང་པར་འབྱུར། །

དེ་ཡང་ཐེག་པ་འོག་མ་རྣམས་དང་སྤྲུལ་གྱི་ཐེག་པ་གཉིས་པོ་དེ་དོན་ལ་ལྟོས་
 རྣམ་མཐའ་ཐུག་གི་བཤོད་པ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཡང་། སྤྲུལ་གྱི་ཐེག་པ་ནི་ཐབས་
 མང་བ་ལ་སོགས་པས། མདོ་ལུགས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་ལས་བྱང་པར་དུ་
 འཕགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མདོར་བསྟུས་ན་ལམ་བདེ་སྦྱོབ་དང་། ཟུར་སྦྱོབ་ཀྱི་
 བྱང་པར་ཡིན། བྱ་རྒྱད་དང་། སྦྱོད་རྒྱད་གཉིས་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་ལས་
 ཆོས་ཚུལ་གྱི་ཐབས་མཁས་ཅམ་ལྡན་ཡང་། མི་ཆོ་དུག་བརྩུས་བྱང་ཆུབ་འཕྱོང་
 པའོ། འདི་ཉིད་ཆོ་ལོ་བརྩུ་པའི་དུས་སུ་གསུངས་པས་ན། མི་ཆོ་རེ་ལ་ལོ་བརྩུ་རེ་
 བཅིས་པའི་དབང་དུ་ན་ལོ་དུག་སྟོང་ཡིན། ནལ་འཕྱོར་རྒྱད་ནི་སྤྲུལ་དང་ཐུག་
 རྒྱ་བཞི་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ཀྱིས་མི་ཆོ་བརྩུ་དུག་དང་། སླ་ན་མེད་པའི་ལམ་གྱིས་ནི་
 ཆོ་གཅིག་ལ་བཙོན་པ་དང་ལྡན་པས་སངས་རྒྱས་འབྱུང་པར་འབྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་

ཡི་ཤེས་རྒྱུད་གི་ལོ་གསུམ་དང་སྟོགས་གསུམ་གྱིས་རིས་པར་འགྲུབ་པར་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། ལམ་དངོས་བཤད་པ།

༡ ཆོགས་ལམ་བཤད་པ།

དང་པོར་དབང་ཐོབ་བསྐྱེད་རྫོགས་ནི། །

ལེགས་ཤེས་མོས་རྒྱབ་ཆོགས་ལམ་སྟེ། །

དེ་ཡང་དང་པོར་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྒྲ་མ་ལས་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་ཅིང་
དབང་དོན་ངོ་འཕྲོད་པ་ལས། དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པར་ལྡན་པའི་མཁས་གྲུབ་གྱི་
རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་གྱིས་བསྟན་པའི་བསྐྱེད་རིམ་དང་། རྫོགས་རིམ་གྱི་དོན་
རྣམས་ནི། མདོ་རྒྱུད་རྣམས་ལས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་བཞིན་ཡིད་ཆེས་པ་ལྟར་ཆད་
མ་དང་། དེ་ནས་སྟོབ་དཔོན་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་དང་། དེ་ནས་
བསྟོམ་སྟོབས་གྱིས་རང་རྒྱུད་ལ་དངོས་སུ་ཕྱིར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཆེས་ཆད་མ་
སྟེ། ཆད་མ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ལེགས་པར་ཤེས་ཤིང་། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་བདེ་བར་
གཤེགས་པའི་སྟིང་པོ་དང་། ལྡན་གཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་མཆན་ལྡན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ་
ཡིད་ཆེས་པ་ལ་སོགས་པ། མོས་པའི་དགེ་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་ཞིང་།
དེ་ནས་བྱུང་བཞི་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་དུ་བཅད་པའི་བསྟོན་པ་དང་། དཔེན་པའི་
གནས་སུ་རྒྱུན་སྟུར་གྱི་བཅོཌ་འགྲུས་བར་མ་ཆད་པ་ནི་རྒྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོད་པ་
དང་ཉམས་ལེན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆོགས་ལམ་ཡིན།

བྱུང་མོངས་ཐེག་པ་ལྟར་ན། ཆོགས་ལམ་དེ་ཡང་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་ཡོད་དེ།
དུན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ལ་སྟོད་པ་ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་དུ། ཡང་དག་པ་སྟོང་
པ་བཞི་ལ་སྟོད་པ་ཆོགས་ལམ་འབྲིང་པོ། རྒྱལ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་བཞི་ལ་སྟོད་ཅིང་
བསྟོམ་པ་ནི་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཁྲགས་པ་ཡིན། སྟགས་ལྟགས་ལྟར་ན།
གཞི་སྟོང་བའི་ལམ། གཞི་བསྐྱར་བའི་ལམ། གཞི་དངོས་པོ་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་
བཅས་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། གཞི་སྟོང་བའི་ལམ་ནི་ཉོན་མོངས་སོ་སོར་
འཛིན་སྤངས་འགལ་བའི་གཉེན་པོ་སྟོམ་པ་སྟེ། ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་བྱམས་པ་
སྟོམ་པ་ལྟ་བུ། །གཞི་བསྐྱར་བའི་ལམ་ནི་འཛིན་སྤངས་མི་འགལ་བའི་གཉེན་པོ་

བསྐྱེམ་པ་ཉེ། ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་ལྟ་ཁྱོ་བོ་བསྐྱེམས་ནས་ཞེ་སྤང་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུའོ།
གཉེན་པོ་གཞན་ནམས་བསྐྱེན་ཚུལ་དེས་རིགས་འགྲེལ། །གཞི་དངོས་པོ་ལམ་རྒྱ་
བྱེད་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་སྐབས་གྱི་ཉམས་ལེན་ནམས་སོ། །

༡ ལྷོར་ལམ་བཤད་པ།

ཙ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་གནད་ཤེས་ནས། །

ཀྱན་བཟང་སྤྱོད་གནས་རྟོད་ཐོབ་ནས། །

སྤྱོར་ལམ་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན། །

དེ་ཆོ་བརྒྱལ་ཞུགས་སྤྱོད་པ་ཡིས། །

སྤྱོར་ལམ་བཤོད་ནས་མཐོང་བར་སྤྱོར། །

འདི་ནི་སོ་སོར་སྤྱད་པ་དང་། །

བསམ་གཏན་བཞི་ལྟ་ལམ་ཡིན་ཏེ། །

ཙ་ནི་སྤྱང་པ་ཞེས་ཀྱང་བཤད། །

བསམ་གཏན་ཡན་ལག་རྫོགས་པ་ཡིས། །

མདོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་ཐོབ་གསུངས། །

སྤྱ་ཡི་དགྱེལ་འཁོར་རྒྱ་ཞུགས་པའོ། །

དེ་ཡང་ཙ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་གནད་འཆིང་ཚུལ་ཤེས་ནས། རྫོགས་རིམ་གྱི་
ཉམས་ལེན་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་ནི་ཀྱན་རྒྱ་བཟང་པོའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་
གནས་ནས་རྟོད་ཐོབ་པའི་རྟགས། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་སོགས་ཐོབ་པ་ནི་སྤྱོར་ལམ་
ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན། རྟོད་དེ་ལ་ཆེ་འབྱིང་རྒྱུང་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སོ་
སོར་ཐོབ་པའི་རྟགས་སྟ། འཇིགས་པ་དང་། ཁྱོ་བ་དང་། ལྷ་དཔ་ལ་སོགས་པས་མི་
གཞོད་པར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་པར་བྱིས་ཀྱིས་གཞོན་པར་རུས་པ་ནི། རྟོད་རྟགས་
རྒྱུང་རྒྱ། ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཆེན་པོས་གཞོད་མི་རུས་པར་དེ་
དག་ཐམས་ཅད་པར་བྱིས་ཀྱིས་གཞོན་པ་རྟོད་རྟགས་འབྱིང་པོ། མདོན་ཤེས་ལ་
སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་རྟོད་རྟགས་ཆེན་པོ་ཡིན། དེའི་ཆོ་
སྤྱོར་ལམ་སྤྱོད་བ་ལ། སྤྱོས་བཅས་དང་སྤྱོས་མེད་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། སྤྱོས་བཅས་

ནི་རྒྱུ་རྒྱ་ཚོགས་དང་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། སྦྱོར་མེད་བརྒྱུ་ཞུགས་ནི་
 ལྷག་ཀྱང་དང་པོ་གསུམ་དོར་ནས་ལྷག་ཀྱང་ཆེན་པོ་དང་སྦྱར་ཏེ་བཙོན་འགྲུས་བར་
 མ་ཆད་དུ་བསྐྱེད་པ་ལས། སྦྱོར་བའི་ལམ་བཟོད་ནས་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སྦྱར་བ་
 ཡིན་ནོ། སྦྱོར་ལམ་འདིའི་མན་ངག་གི་མཚན་གཞི་ནི། དབང་ལུལ་གྱི་འབྲེལ་བ་
 གཙོད་པ་སོར་སོར་སྤུད་དང་། ཡིད་ཚུགས་གྱི་འབྲེལ་བ་གཙོད་པ་བསམ་གཏན་གྱི་
 ཡན་ལག་བཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་པ་རྒྱུད་ལྟར་ན་སེམས་ཚེ་གཅིག་པ་ལ་བསམ་
 གཏན་གྱི་དངོས་གཞིར་བྱས་ནས། རྟོག་པ་ལ་སོགས་བཞི་ལ་ཡན་ལག་བཞིར་བྱས་
 པ་དང་། ཏུས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལྟར་ན། གཡོ་མེད་བདེ་བ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་
 གཞིར་བྱས་ནས། ཤེས་རབ་ལ་སོགས་བཞི་ལ་ཡན་ལག་བཞིར་བྱས་པ་ཡིན་ལ།
 འདི་ནི་གཙོ་བོར་ཚུལ་བྱེད་པའི་འཆིང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚ་སྦྱངས་པའི་རྣལ་
 འབྱོར་ཞེས་བཤད། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་
 མདོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་ཐོབ་པར་གསུངས་སོ། སྦྱོར་བ་འདི་ཡིས་ཚ་དག་པ་སྦྱོར་རྒྱ་
 སྦྱོལ་པའི་སྦྱོར་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་པའོ།

༡ མཐོང་ལམ་བཤད་པ།

དེ་ནས་སྟོག་ཚུལ་སྦྱོར་ལྟར་པས། །
 མཐོང་ལམ་ལ་ནི་སྦྱོར་བར་བྱེད། །
 ཏུ་ཏུ་འདྲིན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། །
 རྩོལ་སེམས་དཔར་ཡང་དག་འཇུག །
 རྒྱུད་གི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ཡང་སོར་བསམ་གཅིག་གྲུབ་པ་དེས་མཐོང་ལམ་ལ་སྦྱོར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་སྟེང་དུ་སྟོག་འདྲིན་གྱི་སྦྱོར་བ་དང་ལྟར་པས་མཐོང་ལམ་ལ་
 སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྟོག་ཚུལ་གྱིས་རོ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་དབུ་མར་བཀག་
 ཅིང་། འདྲིན་པས་འཁོར་ལོ་སོ་སོའི་ལྟེ་བའི་མི་ཤིག་པ་ལ་སྟོག་ཐུར་བཅིངས་པ་
 ལས། ལས་རྒྱུད་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་འགག་ཅིང་། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་དང་ལྟར་
 པའི་མཐོང་ལམ་ལ་ནི་སྦྱོར་བར་བྱེད་དོ། དེ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པས་རྒྱུད་སྦྱོར་ལ་

བརྟེན་ཐིག་ལེ་རྟག་ཏུ་འཕོ་མེད་ཏུ་འཛིན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། རྒྱང་སེམས་དབྱེར་
མེད་བདེ་ཆེན་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་ཡང་དག་འཇུག་ཅིང་། འདི་ནི་རྒྱང་གི་གནད་
འཆིང་བའི་གཙུག་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྒྱང་གི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ།

༥ སྒྲོམ་ལམ་བཤད་པ། (1) ལམ་གྱི་དོ་བོ་བཤད་པ།

སྒྲོམ་མེད་ཤིན་ཏུ་སྒྲོམ་མེད་ཀྱིས།

རྗེས་དྲན་ཡན་ལག་སྦྱང་བྱས་ནས།

ཉིང་འཛིན་ཡེ་ཤེས་སྦྱར་བ་ནི།

ཕྱགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་འགྲུབ་སྟེ།

གཞན་དོན་ཚོགས་ཀྱི་སྦྱོང་དང་བཅས།

སྒྲོམ་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་སྒྲོམ་མེད་རྗེས་ཐོབ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྒྲོམ་མེད་
མཉམ་བཞག་མི་རྟག་པའི་སྦྱོང་པ་གཉིས་ཀྱིས། བདེ་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་
གསུམ་དང་། ལྷ། གཏོང་བ། རྒྱལ་བྱིས་ས། སར་ཕྱིན་བརྒྱ་བཅས་རྗེས་དྲན་ཡན་
ལག་རྒྱལ་གི་ཉིང་འཛིན་ཏུ་མར་སྦྱང་ནས། ཕྱགས་དོ་རྗེ་འགྱུར་མེད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྦྱར་བ་ནི། བདུད་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་ཕྱགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་
འགྲུབ་སྟེ། གཞན་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་ཚོགས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་
ཅས་བྱའོ། (2) མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་རྒྱང་འགག་ཚུལ།

དང་པོ་བརྒྱ་ཕྱག་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི།

རྒྱང་དང་རྟོག་པ་ལྟན་ཅིག་དང་།

དེ་ནི་འཛིན་རྟེན་པ་ཡི་ལམ།

གཉིས་པ་ཐིག་ལེ་ལྟན་ཅིག་ཏུ།

གསང་བར་འགག་པ་མཐོང་པའི་ལམ།

དེ་ཡིས་མ་རིག་སྦྱེ་ཤི་འགག།

གསུམ་པར་དེ་ཉིད་དག་པ་སྟེ།

ལྟེ་བར་དེ་བཞིན་བཞི་དང་ལྷ།

རྒྱལ་དང་བདུན་པ་སྟོང་ག་སྟེ།

བརྒྱད་དང་དགུ་པ་མགྲིན་པ་ལ། །

བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཅིག་སྤྱི་པོར་བཤད། །

དང་པོ་མོར་བསམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅུ་འགག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། རུས་སྦྱར་དང་
པོ་བརྒྱ་ལྷག་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་གངས་མཉམ་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་
ལྟན་ཅིག་རུ་འགག་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཆོག་སྦྱར་གཉིས་ཡིན། གྲོག་
ཆོལ་དང་། འཇིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རུས་སྦྱར་གཉིས་པའི་རྒྱུ་དང་ཐིག་ལེ་ལྟན་
ཅིག་རུ་གསང་གནས་སུ་འགག་པ་ལས། མཐོང་བའི་ལམ་ཐོབ་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ས་
དང་པོ་ཡིན། གནས་སྐབས་དེ་ཡིས་མ་རིག་པའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་དེ་འགག་ཤིང་། དེ་
ནས་ས་རེ་བཞིན་རུ་ཀླ་ཤི་དང་། སྤྱི་བ་ལ་སོགས་པ་རིམ་གྱིས་ལུགས་ལྷོག་རུ་འགག་
པ་ཡིན་ནོ། དེ་ནས་རྗེས་དྲན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རུས་སྦྱར་གསུམ་པའི་རྒྱུ་དེ་ལ་
བརྟེན་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཐིག་ལེ་བཅས་གསང་གནས་དེ་ཉིད་རུ་དག་པས་ས་
གཉིས་པ་ཐོབ། རྟེ་བར་དེ་བཞིན་རུས་སྦྱར་བཞི་པ་དང་། ལུ་པའི་རྒྱུ་དང་རྟོག་
པ་འགག་པ་ལས་ས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཐོབ། རྟེང་གར་རུས་སྦྱར་དྲུག་པ་
བརྟན་པའི་རྒྱུ་དང་རྟོག་པ་ལས། རྒྱུ་ཐིག་ལྷོག་གསུམ་དག་པས་ས་ལྷ་པ་དང་
དྲུག་པ་ཐོབ། མགྲིན་པར་རུས་སྦྱར་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པའི་རྒྱུ་དང་རྟོག་པ་
འགག་པས་ས་བརྟན་པ་དང་བརྒྱད་པ་ཐོབ། སྤྱི་པོའི་འཁོར་ལོར་རུས་སྦྱར་བརྒྱ་
པ་དག་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྒྱུ་ཐིག་ལྷོག་གསུམ་དག་པས། ས་དགུ་པ་དང་བརྒྱ་པ་
ཐོབ་པར་བཤད། འདིར་རྒྱུ་དང་རྟོག་པ་ལས་རྒྱུ་ཐིག་ལྷོག་གསུམ་དོན་གཅིག་
རྒྱུ་དག་པ་དང་རྒྱུ་འགག་པ་དོན་གཅིག་ཡིན།

༥ མཐར་ཕྱིན་པའི་ལམ་བཤད་པ།

དེ་ནས་གཙུག་ཏོར་རྒྱུ་འགག་པས། །

དེ་ཆོ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གསུངས། །

རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་འགག་པ་དང་། །

མས་བརྟེན་དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་ཡིན། །

སྟོང་དང་སྟོང་རྗེ་དབྱེར་མེད་འབྲུག། །

ལོ་གསུམ་ཟླ་ཕྱིད་གསུམ་དག་པས། །

ཡེ་ཤེས་སྤྱིད་འགྲུབ་པ་ཡིན། །

དེ་ཡང་སྤྱི་པོར་རྒྱུད་འགག་པ་དེ་ནས་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་གྱི་སྤང་བྱར་བྱུར་པའི་
 རུས་སྒྱུར་བརྩ་གཞིས་པའི་རྒྱུད་དང་། རྟོག་པ་གཙུག་གཏོར་རུ་འགག་པ་ལས།
 དེའི་ཆོས་ངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ལས་རྒྱུད་ཉི་ཤིག་ཅིག་སྤྱང་རྒྱག་
 བརྩ་འགག་ཅིང་། དེ་དང་མཉམ་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་འཕོ་བ་དང་། དེ་ལ་
 བརྟེན་པའི་རྟོག་པ་ཡང་གྲངས་མཉམ་རུ་འགག་པ་ལས། མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་
 ཉི་ཤི་ཆིག་སྤྱང་རྒྱག་བརྩ་རྫོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་
 བརྩ་གཞིས་ལུགས་ལྷོག་རུ་འགག་པ་ཡིན་ལ། འོ་ན་གོང་རུ་མཐོང་ལམ་རུ་མ་རིག་
 པ་འགག་པར་བཤད་པས་ན་ལུགས་འབྱུང་རུ་འགག་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་
 ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་རེ་རེ་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་ཡེ་ཤེས་བཅས་བཞི་བཞིར་ཡོད་པས་
 མཐོང་ལམ་རུ་མ་རིག་པའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་དེ་འགག་པ་ཡིན་གྱི། ངག་ལ་སོགས་པ་
 གསུམ་ནི་ལུགས་ལྷོག་གི་མཐར་འགག་པ་ཡིན། རུས་སྒྱུར་འགག་པ་ཡང་མས་
 བརྟེན་གྱི་དགའ་བ་བརྩ་རྒྱག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སྤྱི་རོལ་རུ་ཟླ་བ་ལ་དཀར་སྒྱགས་
 ཀྱི་ཆ་བཙོ་ལྷ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྩ་རྒྱག་པ་གཅིག་དང་། བྱ་སྒྱགས་ཀྱི་ཆ་བཙོ་
 ལྷ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྩ་རྒྱག་པ་སྤྱི་སྤྱི་བརྩ་རྩ་གཞིས་ཡོད་ལ། དཀར་སྒྱགས་
 ཀྱི་ཆོས་གཅིག་ནས་ལཱའི་བར་སྤང་པོ་ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། ཆོས་རྒྱག་ནས་
 བརྩའི་བར་ཁམས་ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། བརྩ་ནས་བཙོ་ལཱའི་བར་དབང་པོ་
 ལྷ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལ། ཆ་བརྩ་རྒྱག་པ་ནི་སྤང་ཁམས་སྤྱི་མཆེད་ཀྱི་ཆ་རྣམས་
 འགག་པའི་དགའ་བ་ཡིན། རྟོག་ཉིད་བརྩ་རྒྱག་ནི། སྤྱི་སྤྱི་བ་ཉིད་ནས་དངོས་
 པོ་མེད་པའི་ངོ་པོ་ཉིད་སྤྱང་པ་ཉིད་ཀྱི་བར་ཡིན་ཞིང་། །བྱ་སྒྱགས་དང་མཐུན་
 པའི་སྤྱི་རྩེ་བརྩ་རྒྱག་ནི། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱི་རྩེ་རྩེ་ལ། ཆོས་ལ་
 དམིགས་པའི་སྤྱི་རྩེ་རྩེ་ལ། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱི་རྩེ་རྩེ་ལ། ཆ་བརྩ་རྒྱག་པ་ནི་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་རྩེ་རྩེ་ཆེན་པོ་སྤྱི། དེ་ལྟར་དགའ་བ་བརྩ་རྒྱག་དང་སྤྱི་རྩེ་བརྩ་
 རྒྱག་སྤྱི་རྩེ་རྩེ་བརྩ་རྒྱག་རྣམས་དབྱེར་མེད་པ་ནི་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་འགྲུབ་པ་ཡིན།

དེའི་དག་པ་ནི་ལོ་གསུམ་དང་ཟླ་བ་བྱེད་དང་གསུམ་ཡིན་ཞིང་། དེས་འབྲས་བུ་
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་འབྲུབ་པ་ཡིན་ལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་དེ་ཡང་རིགས་ལྔའི་རིམ་པ་ཡིན་ཏེ།
སྒྲ་མའི་སྤྱང་གཞི་ཕུང་པོ་ལྔའི་དག་པ་དང་། མཚུངས་པར་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་ན།
གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས། ཚོར་བའི་ཕུང་པོ་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། འདུ་
ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས། འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་བྱ་བ་ཡེ་ཤེས། རྣམ་ཤེས་
ཕུང་པོ་ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ནོ། །མཚུག་བསྐྱེད་པ་ནི།

ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་རྣམ་གསུམ་གྱིས། །

སྒྱོར་དུག་མཐར་ཕྱིན་འབྲས་བུ་ཡིན། །

དབྱེ་བ་དཔག་ཅིད་འདིར་མ་བཞིན། །

ཡེ་ཤེས་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

སྒྲ་མའི་སྤྱང་གཞི་དང་མཚུངས་ཐོབ། །

དེ་ཡང་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་མ་བཅིངས་པ་ལ་འཁོར་བར་འགྱུར་
ཞིང་། བྱེད་པ་བཅིངས་པ་ལས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་འབྲུབ་པ་ཡིན། བྱེད་པ་
འཆིང་བའི་ཐབས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྒྱོར་བ་ཡན་ལག་དུག་སྟེ། ཅ་དག་པར་
བྱེད་པ་སོར་བསམ་གཉིས། རྒྱུད་དག་པར་བྱེད་པ་སྟོག་འཛིན་གཉིས། ཐིག་ལེ་
དག་པར་བྱེད་པ་རྗེས་ཏིང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་ཅ་རི་བྱེད་པ་འཆིང་བའི་སོར་བསམ་
གཉིས་ཀྱིས་མ་དག་པའི་ལུས་ཀྱི་བྱེད་པ་བཅིངས་པས། སྐྱོ་རྩི་རྩི་མཛོན་དུ་གྱུར།
རྒྱུད་གི་བྱེད་པ་འཆིང་བའི་སྟོག་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས། མ་དག་པའི་ངག་གི་བྱེད་པ་
བཅིངས་པས་གསུངས་རྩི་རྩི་མཛོན་དུ་གྱུར། ཐིག་ལེའི་བྱེད་པ་འཆིང་བྱེད་རྗེས་
ཏིང་གཉིས་ཀྱིས་མ་དག་པའི་སེམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པ་བཅིངས་པས་སྐྱགས་
རྩི་རྩི་དང་། ཡེ་ཤེས་མཛོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་ལས་དང་སྐྱར་བའི་
དབྱེ་བ་དཔག་དུ་ཅིད་པར་ཡོད་ཀྱང་འདིར་མ་བཞིན། རྒྱུད་འབྲས་སྐྱེ་གསུང་
སྐྱགས་རྩི་རྩི་ཡེ་ཤེས་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སྒྲ་མའི་སྤྱང་གཞི་ཅ་ཐིག་རྒྱུད་
གསུམ་དང་མཚུངས་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་གསུམ་མཐུ། རྩི་རྩི་གསུམ་ཐོབ་པོ། །

ལེའུ་བཙུ་གཅིག་པ།

ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་རྒྱུད་རིམ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་མོ། ཅ་རྒྱུད་བའི་རིམ་པ།

གཅིག །ཅ་སལ་པ་རྒྱུད་པའི་ཚུལ།

དེ་ནས་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་རྣམས། །

བརྒྱུད་པའི་རིམ་པ་གསལ་བཤད་བྱ། །

ཡེ་ཤེས་རྣལ་འབྱོར་གྲུབ་པ་ནི། །

ངེས་མེད་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་ཕྱིར། །

དེ་ཡང་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དང་རྒྱུར་བ་བཤད་པ་དེ་ནས་ཅ་དང་། རྒྱུད་དང་།
 ཐིག་ལེ་རྣམས་རྒྱུད་པའི་རིམ་པ་འཆད་པ་ལ། འཆི་བ་རྫོགས་རིམ་གྱི་རྒྱུད་གཞི་
 དང་། རྒྱེ་བ་རྒྱེད་རིམ་གྱི་རྒྱུད་གཞི་ཡིན་པས་ན། གོང་གི་རྫོགས་རིམ་བཤད་པ་
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་རག་པ་བཤད་པར་འགྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་རྒྱུས་མ་ཐག་ཏུ་འཆི་
 ལྷས་ཞུགས་པར་ཤེས་པས་ཡིད་དབྱང་ནས་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ལ་སྦྱར་བ་དང་།
 ཏུས་མིན་གྱི་འཆི་ལྷས་ཤེས་པས། འཆི་བ་བསྐྱུ་བ་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་
 ཅིང་། འཆི་བའི་ངོ་བོ་ནི་ས་གང་དང་དང་གི་རིག་མཐུན་གྱི་ཕུང་པོ་དོར་ན་སྤིད་
 པ་གཞན་ཏུ་འཕོ་བ་ཡིན་ཏེ། ཆོ་དང་དབང་ཐང་དང་དྲོད་འདོར་བས་ལྷན་མིན་
 འདུ་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སོ་སོ་རྒྱུ་བྱ་ཐམས་ལ་ཡིན་གྱི། ཡེ་ཤེས་གྲུབ་
 པ་བསམ་བཞིན་རྒྱེ་བ་སྤངས་པ་དང་། ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་གནད་འཆིང་བའི་རྣལ་
 འབྱོར་གྲུབ་པ་རྣམས་ལ་དེར་མ་ཟད། རིགས་སྤྲུལ་དང་བཅུད་ལེན་ལ་སོགས་
 པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་པའི། ཆོ་གྲུབ་པ་རྣམས་ལ་ནི་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་
 པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དེ་དག་རྒྱུད་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐམས་ལ་རྫོ་རྗེའི་ལུས་འདི་ལ། །

རྒྱུས་ནས་ལོ་གཅིག་བར་དུ་ནི། །
 ཐམས་ཅད་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །
 དེ་ནས་ཞག་རེ་ཙུག་གཉིས་གཉིས། །
 ལུས་པ་སྐྱམས་པར་བཤད་པ་ཡིན། །
 ལོ་བརྒྱ་སྟོང་ཕྱག་བརྟན་ཅུ་གཉིས། །
 བརྟན་པ་རགས་པའི་རིམ་པའོ། །
 ཞིབ་པར་ལོ་ནི་དགུ་བརྟན་དུག། །
 ཟླ་བ་བྱེད་དང་བརྟན་གཅིག་བར། །
 ས་བའི་ཙུག་ཀྱན་སྟུང་པ་སྟེ། །
 དུག་ཁྱི་དགུ་སྟོང་བརྟན་བརྒྱ་དང་། །
 ལ་བརྟན་བརྟན་གྱུར་ཉིན་རེ་གཉིས། །

དེ་ཡང་སོ་རྒྱུས་ཐ་མལ་པའི་དོ་རྒྱུས་འདི་ལ་རྒྱུས་ནས་ཞེས་པ་མངལ་དུ་
 བརྟན་ཕྱག་བཞིའི་རྒྱུས་ཀྱི་ཙུག་ཅགས་པ་ནས་བཟུང་། སྤྱིར་བཙས་ནས་ཟླ་བ་བཞིའི་
 བར་ལོ་གཅིག་ཡིན་ལ། ལོ་གཅིག་པོ་དེའི་རིང་ལ་ནལ་འཁྱོར་པ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་
 བའི་ཙུག་སྟོང་ཕྱག་བརྟན་ཙུག་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་བརྒྱུད་པར་བྱེད་ལ། ལོ་གཅིག་
 པོ་དེ་འདས་མ་ཐག་པ་ནས་ཞག་རེ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཙུག་གཉིས་རེའི་ལུས་པ་སྐྱམས་
 པར་བཤད་དེ། ལོ་བརྒྱ་ལ་ཙུག་སྟོང་ཕྱག་བརྟན་བརྟན་ཙུག་གཉིས་སྟུང་པར་གསུངས་
 པ་ནི་རགས་པའི་རིམ་པའོ། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ངེས་པ་དང་སྤྱིར་ནས་ཞིབ་པར་
 ན། ལོ་བརྒྱ་ལས་ལོ་གསུམ་སྟོགས་ཀྱིས་དམན་པའི་ལོ་དགུ་བརྟན་གྱི་དུག་དང་། ཟླ་
 བ་བྱེད་དང་བརྟན་གཅིག་གི་བར་སྤ་བའི་ཙུག་ཀྱན་སྟུང་ཏེ། དེའི་གངས་ནི་སྟོང་ཕྱག་
 བརྟན་བརྟན་ཙུག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དུག་ཁྱི་དགུ་སྟོང་བརྟན་བརྒྱ་ལ་བརྟན་སྟུང་པར་
 འཁྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་ཞག་རེ་ལ་ཙུག་གཉིས་གཉིས་སྟུང་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། འཁོར་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་སྟུང་པའི་རིམ་པ།
 དེ་འོག་ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་ལ། །
 ཉིས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལ་བརྟན་དག །

ཆོགས་ཆེན་སྲུང་བརྒྱ་དྲུག་རྩེ་ཅ། །
 ཞག་ནི་གསུམ་གསུམ་རེ་རེ་སྐྱམས། །
 སོར་ཆོགས་ཅ་ཡང་དེ་དང་མཉམ། །
 ཉེ་བའི་དྲུག་རྩེ་ཅ་ཁྱིམ་ནི། །
 རྒྱུ་གི་རྩལ་དང་མཚུངས་པར་བསྟུང། །
 སྤྱི་པོ་ཞག་ནི་བཙུ་ལྷ་སྟེ། །
 མགིན་པ་ལྷ་གཅིག་གསང་ཅ་མཚུངས། །
 རྩེ་གའི་ཞག་བརྒྱད་ནང་རྩེ་འདོར། །
 དེ་ལྟར་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་དྲུག་རྩེ། །
 གཙུག་རྟོར་ཅ་བཞི་དང་བཅས་ཡིན། །

དེ་ཡང་དྲུག་ཁྱི་དལ་སྟོང་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་བསྟུང་པའི་འོག་རྩེ་ལོ་གསུམ་
 རྩེ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ། ལྷག་མ་གཉིས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་དེ་སྤྱད་དེ། དེའི་
 རྩེ་ལ་ཡང་ཆོག་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་གྱི། ཅ་སྲུང་བརྒྱ་དྲུག་རྩེ་ཞག་གསུམ་ལ་རེ་རེ་
 སྐྱམས་ལ། སོར་ཆོག་གི་ཅ་སྲུང་བརྒྱ་དྲུག་རྩེ་ཡང་ཞག་གསུམ་གསུམ་ལ་རེ་རེ་སྐྱམས་
 ཞིང་། ཉེ་བའི་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་དྲུག་རྩེ་ཡང་རྩལ་སྤྱོད་གྱི་རྒྱུ་གི་རྩལ་པ་དང་མཚུངས་
 པར་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་རྩེ་བསྟུང། སྤྱི་པོའི་ཅ་འདབ་བརྒྱ་དྲུག་ནི་ལྷ་བའི་རྩེ་གསུམ་
 གཅིག་སྟེ་ཞག་བཙུ་ལྷ་ལ་བསྟུང་པ་དང་། མགིན་པ་སྲུང་རྩེ་ཅ་གཉིས་ནི་ལྷ་བ་
 གཅིག་གིས་སྤྱད་པ། གསང་གནས་གྱི་ཅ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་པས་ལོགས་སྲུ་མི་
 བཟངས། རྩེ་གའི་ཅ་བརྒྱད་ནི་ཞག་བརྒྱད་གྱི་ནང་རྩེ་བསྟུང་དོ། དེ་ལྟར་འཁོར་
 ལོ་ལྷའི་ཅ་བརྒྱ་དང་དྲུག་རྩེ་དང་། གཙུག་རྟོར་ཅ་བཞི་དང་བཅས་པ་ལས་དབུ་
 མའི་རྩེ་གསུམ་གྱི་ཅ་རྣམས་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམས་ལྷ་བ་གཅིག་གི་ནང་རྩེ་བསྟུང་
 པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། ཅ་ཉེར་བཞི་པོ་སྤྱད་པའི་རྩེ་ལ།
 ཅ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་པོ། །
 ཅ་ཆེན་དྲུག་རྩེ་དྲུག་རྩེ་ནི། །

ཉེ་བ་དང་མཚུངས་ལོ་གསུམ་བཅུད། །

ཐིམ་དང་ལོངས་སྤྱོད་བདག་པོ་ཡི། །

ཙ་བ་བདུན་ཅུ་ཙ་གཉིས་པོ། །

ཚྭ་གས་གསུམ་ནང་དུ་བཅུད་པ་ཡིན། །

དེ་ལྟར་ལའོར་ལོ་ཙ་ཆེན་རྣམས། །

བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱང་རྣམས་མི་རྒྱ་བ། །

དེ་ནས་ཞག་གཅིག་ནས་འཕོ། །

དེ་ཡང་ཙ་ཆེན་ཉེར་བཞི་པོ་རེ་ལ་ཙ་ཆེན་དུག་ཅུ་དུག་ཅུ་ཡོད་པ་ནི། ཉེ་བའི་
བྱིམ་གྱི་ལའོར་ལོ་དང་རྣམ་པ་མཚུངས་པའི་མྱིར་ལོ་གསུམ་ན་ཅུད་ལ། ཙ་ཆེན་
ཉེར་བཞི་ལ་ཐིམ་དང་། ལོངས་སྤྱོད། བདག་པོས་དབྱེ་བའི་ཙ་བདུན་ཅུ་ཙ་གཉིས་
པོ་དེ་ལས། དབུ་མའི་ཆའི་ཙ་ཉེར་བཞི་མ་གཏོགས་པའི་དཀར་དམར་གྱི་ཙ་ཞེ་
བརྒྱད་ནི་ཚྭ་གས་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཅུད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་དབུ་མའི་ཆ་མ་གཏོགས་
པའི་ལའོར་ལོ་ཙ་རྣམས་སྐམ་སྤེ་རྒྱང་དང་། བྱང་སེམས་རྣམས་མི་རྒྱ་བ་དེ་ནས་
ཞག་གཅིག་ནས་འཕོ།

ས་བཅད་གཉིས་བ། རྒྱང་གི་འཆི་ལྷས།

གཅིག །རྒྱང་བཅུའི་ཅུད་རིམ་བསྟན་པ།

རྒྱང་གི་བཅུད་རིམ་བསྟན་པ་ནི། །

རྒྱང་བཅུ་ཟླ་བཅུ་ནས་རྫོགས་ཏེ། །

སྐྱེས་ནས་དུས་སྟེ་འཆི་བ་གང་། །

ལོ་ནི་བཅུ་བཅུ་རིམ་པ་ལྟར། །

ནོར་རྒྱལ་ལྟ་སྤྱོད་ཙ་ལ་རྣམས་སྟེ། །

སྟེ་དང་བྱེད་བྱེད་མཉམ་གནས་དང་། །

མྱོན་རྒྱ་མུར་སེལ་སྟོག་རྒྱང་གི། །

སྟོབས་རྣམས་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་པར། །

འགྱུར་ཞེས་དོ་རྗེ་འཕྲེང་བར་གསུངས། །

དེ་ཡང་རྒྱུ་ཐུད་པའི་རིམ་པ་བསྟན་པར། མི་ནམས་སྐྱེས་ནས་ཟླ་བ་བརྩ་ལོན་
པ་ན་རྒྱུ་བརྩ་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཏེ། སྐྱེས་ནས་ལོ་བརྒྱའི་དུས་སུ་འཆི་བའི་
དབང་དུ་བཏང་ན། ལོ་བརྩ་རེའི་ནང་དུ་རྒྱུ་རེ་ཐུད་དེ། ལོ་བརྩ་པ་ན་ནོར་རྒྱལ་
གི་རྒྱུ་ཐུད། ཉི་ཤུ་པར་ལྷ་སྐྱོན་གི་རྒྱུ་ཐུད། ལྷ་མ་ཚུ་པར་ཅངས་པའི་རྒྱུ་ཐུད། བཞི་
བརྩ་པར་དུས་སྤལ་གི་རྒྱུ་ཐུད། ལྷ་བརྩ་པར་སྤྱི་རྒྱུ་ཐུད་ནམས་གི་སྟོབས་སྤལ་ནམས་
རིམ་བཞིན་སྤལ་ལ་ཐིམ་པ་དང་། ལོ་ལྷ་བརྩ་ནས་དུག་བརྩའི་བར་སྤྱི་རྒྱུ་ཐུད་
དང་ཁྱབ་བྱེད་གཉིས་ལྷན་ཅིག་དུ་ལས་བྱེད་ལ། དུག་བརྩ་པ་ལ་མཉམ་གནས་ལ་
ཐིམ། བདུན་བརྩ་པ་པ་ལ་གཉིན་རྒྱལ་ཐིམ། བརྒྱད་བརྩ་པ་ལ་ཐུར་སེལ་ལ་ཐིམ།
དགུ་བརྩ་པ་ལ་སྟོག་འཛིན་ལ་ཐིམ། སྟོག་འཛིན་གི་སྟོབས་ནམས་ལོ་བརྒྱའི་བར་
དུ་ལས་བྱེད་པ་དོ་རྗེ་འཕྲེང་བ་ལས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། དབུ་མའི་དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་ལྷས།

༡ འཆི་ལྷས་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ། (1) རྒྱུ་བརྩ་མ་ཉམས་པའི་དུས།

རྒྱུ་པར་དུས་གི་འཁོར་ལོ་ལས། །

སྐྱེས་བུ་ཆོ་ལོ་བརྒྱ་པ་གང་། །

སྐྱེས་ནས་ལོ་གཅིག་རྒྱུ་ཐུད་ནམས་གི། །

དུས་སྐྱོར་གངས་ཀྱན་མཉམ་པར་རྒྱ། །

དེ་ཡང་དུས་གི་འཁོར་ལོ་ལས་གསུངས་པ་ནི། སྐྱེས་བུ་ཆོ་ལོ་བརྒྱ་པ་གང་ཞིག་
མངལ་གནས་གི་དབུ་མའི་ཅ་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་སྐྱེས་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་གི་བར་ལོ་
གཅིག་དུ་བཅིས་པའི་བཤོད་པ་དང་པོ་དང་། གཉིས་པའི་རྒྱུ་ཐུད་ནམས་ནི་འཆི་
ལྷས་གི་ལོ་བསྟན་སྐྱོན་མེད་པར། དུས་སྐྱོར་བརྩ་གཉིས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་
རྒྱུ། (2) འཆི་ལྷས་འཕེལ་བའི་རྒྱལ།

དེ་ནས་བཤོད་པ་གསུམ་པ་ལ། །

མཁའ་རྩ་རྒྱུ་ཐུད་གཅིག་རྒྱལ་འཕེལ། །

བཤོད་པ་བཞི་པར་འཕེལ་འགྲིབ་མེད། །

ལོ་གཉིས་པ་ལ་ས་རྒྱུད་དུ། །
 གཡས་པར་རྒྱུད་གཉིས་འཕེལ་བ་ཡིན། །
 དེ་ལྟར་རེ་མོས་རེ་རེ་འཕེལ། །
 རྩལ་ས་གསུམ་མ་ཆང་ལོ་བདུན་ན། །
 རྩལ་ས་གཅིག་འགྱུར་དེ་ནས་ནི། །
 གཡོན་དང་གཡས་སུ་རིམ་པ་བཞིན། །
 ལོ་རེ་རྩལ་ས་རེ་རེ་འཕེལ། །
 དུག་ཅུ་ཙུ་བདུན་ལོན་ནས་ནི། །
 རྩལ་ས་གཅིག་འགྱུར་གཡོན་ནས་རྒྱ། །
 དེ་ནས་བཤོད་པ་རེ་རེ་བཞིན། །
 ལོ་ནི་སུམ་ཅུར་དབྱུག་གྱུ་འཕེལ། །
 གཡོན་དང་གཡས་པ་རིམ་པ་བཞིན། །
 མཁའ་དང་ས་རྒྱུད་གནས་དེར་འབྱུང་། །
 དགྲ་བཅུ་གོ་དུག་ལྷ་བ་ནི། །
 བཅུ་གཅིག་ལོན་ནས་གཡོན་དུ་ནི། །
 རྩལ་ས་མཁའ་དང་བཞིན་ཞག་གཅིག་རྒྱ། །
 དེ་ནས་ལོ་གསུམ་རྩལ་ས་གསུམ་ན། །
 འཕོ་བ་འགྱུར་བ་ལོ་བརྒྱ་ཡིན། །

དེའི་ཉིད་དུ་རྩལ་ས་གཅི་ཙུ་བའི་ཚིས་གཞི་དབྱུགས་དུག་མཆོན་བྱེད་དུ་ལོ་དུག་
 ལ། ལོ་རེར་བཤོད་པ་གཉིས་རེ་དབྱེ་བའི་བཤོད་པ་དང་པོ་དེ། མོང་དུ་སོང་བའི་
 ལོ་དང་པོ་ལ་ལྟོས་ནས་བཤོད་པ་གསུམ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རྒྱ་བ་དུག་གི་རིང་ལ་
 གཡོན་དུ་ནས་མཁའ་དང་གཉིས་འཕེལ་དུ། འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྩལ་ས་གཅིག་རྒྱ་བ་འཕེལ་སྟེ།
 དུས་རྒྱུར་ཀྱི་རྩལ་ས་དུག་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི། རྩལ་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་རེ་གཅིག་
 རྒྱུའོ། བཤོད་པ་བཞི་པ་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད། ལོ་འདི་ཙུ་བ་མཆགས་པ་ནས་
 བཅིས་པའི་ལོ་གཉིས་པ་ཡིན་ཀྱང་། བཅས་ནས་འཆི་ལྟས་འཕེལ་བའི་ལོ་དང་པོ་

ཡིན། བཤོད་པ་ལྷ་པ་ལ་གཡས་ཀྱི་ས་རྒྱུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་གཉིས་འཕེལ་ཞིང་། བཤོད་པ་དུག་པ་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་བཤོད་པ་བདུན་པ་ལ་གཡོན་དུ་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་གསུམ་འཕེལ་ཞིང་། བརྒྱད་པ་ལ་མི་རྒྱ་བ། བཤོད་པ་དགུ་པ་ལ་གཡས་སུ་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་བཞི་དང་བརྒྱ་པ་ལ་མི་རྒྱ་སོགས་བཤོད་པ་བཞི་པའི་བར། རེས་མོས་སུ་བཤོད་པ་རེ་རེ་ལ་འཕེལ་བ་དང་། བཤོད་པ་རེ་རེ་ལ་མི་འཕེལ་བ་བཞེས་པས། སྟོགས་གསུམ་སྟེ་ལྷ་བ་གཉིས་དང་སྟེད་ཀྱིས་མ་ཆང་བའི་ལོ་བདུན་ན། འཆི་ལྟས་རྒྱ་སྒང་གཅིག་ལོངས་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལོ་དུག་ཅུའི་རིང་ལ་ལོ་དང་པོ་ལ་གཡོན་ནས་རྒྱ་སྒང་གཅིག་འཕེལ་ཞིང་། ལོ་གཉིས་པ་ལ་གཡས་ནས་རྒྱ་སྒང་གཉིས། དེ་བཞིན་དུ་ལོ་གསུམ་པ་ལ་གཡོན་ནས་གསུམ། ལོ་བཞི་པ་ལ་གཡས་ནས་བཞི་འཕེལ་བ་སོགས་ཀྱི་རིམ་པས་ལོ་གངས་ཡ་རྩམས་ལ་གཡོན་ནས་ལོ་དེའི་གངས་དང་མཉམ་པ་དང་། ཟུང་རྩམས་ལ་གཡས་ནས་ལོ་དེའི་གངས་དང་མཉམ་པ་འཕེལ་ཞིང་། ལོ་དུག་ཅུ་ཅ་བདུན་ལོན་ནས་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་རྒྱ་སྒང་དུག་ཅུར་འཕེལ་སྟེ་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ཁ་ལོངས་པ་ཡིན། རྒྱ་སྒང་གི་རྒྱུང་འཕེལ་བའི་དུས་ནས་འགོ་བཙམས་ཏེ། བཅིས་ན་ལོ་དུག་ཅུ་པ་ལ་གཡས་ནས་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་རྒྱ་སྒང་དུག་ཅུར་འཕེལ་སྟེ། རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ལོངས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། གོང་དུ་ལོ་རེ་བདུན་ཀྱི་རིང་ལ་འཕེལ་བའི་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་རྩམས་བཞེས་པས་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་གི་རྒྱུང་རྒྱ་བ་འགྱུར་སྟེ། དུས་དེར་ལྷ་གཡོན་ནས་ནམ་མཁའི་རྒྱུང་བཞི་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་རྒྱ་ཞིང་ཡོད་པ་རྒྱན་ལྷན་ཀྱི་རྒྱུང་གི་རྒྱ་ཆོད་ལས་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་མང་། དེ་ནས་ལོ་སུམ་ཅུ་ལ་ལོ་རེ་རེ་ལ་བཤོད་པ་གཉིས་གཉིས་སུ་བྱས་པ་ལས་བཤོད་པ་དུག་ཅུ་འབྱུང་། བཤོད་པ་དང་པོ་ལ་གཡོན་ནས་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་ནམ་མཁའི་རྒྱུང་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་འཕེལ་བ་དང་། བཤོད་པ་གཉིས་པ་ལ་གཡས་ནས་སའི་རྒྱུང་རྒྱ་ཆོད་གཉིས་འཕེལ་བ་སོགས་རིམ་པ་བཞིན་གཡོན་ནས་བཤོད་པ་ཡ་གངས་ལ་རྒྱ་ཆོད་ཡ་གངས་དང་། གཡས་ནས་བཤོད་པ་ཟུང་གངས་ལ་རྒྱ་ཆོད་ཟུང་གངས་དང་མཉམ་པ་འཕེལ། ལོ་སུམ་ཅུའི་རྩིས་སུ་བཤོད་པ་དུག་ཅུ་པ་ལ་གཡས་ནས་རྒྱ་ཆོད་དུག་ཅུ་འཕེལ་སྟེ་འཆི་ལྟས་ཞག་དུ་ལོངས་པ་

ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་སྒྲིམ་ནས་འཆི་ལྟས་རྒྱ་སྒང་ལོངས་པའི་བར་ལ་ལོ་བདུན་ལ་སྒྲ་
བ་ཕྱེད་གཉིས་ཀྱིས་མ་ལུང་བ་དང་། དེ་རྒྱ་ཆོད་ལོངས་པ་ལ་ལོ་དྲུག་ཟུ། དེ་ཞག་
གཅིག་ལོངས་པ་ལ་ལོ་སྟུང་ཅུ་ལྟེ། བསྐྱེམས་པས་དྲིལ་བས་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ལོ་དྲུག་
དང་སྒྲ་བ་ཕྱེད་དང་བརྒྱ་གཅིག་སོང་། རུས་དེར་སྒྲ་གཡོན་ནས་ནམ་མཁའི་རང་
བཞིན་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱང་ཞག་གཅིག་རྒྱ་རྒྱལོ། །དེ་ནས་ལོ་གསུམ་དང་སྟོགས་
གསུམ་ན་འཕོ་བ་འགྱུར་བ་ནི་ལོ་བརྒྱའི་འཆི་ཞག་འཕེལ་བའི་རིམ་པ་ཡིན།

༡ འཆི་ལྟས་དངོས་བཤད་པ། (1) སྦྱིར་བསྟན་པ།
ད་ནི་ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་གྱི།
དབུ་མའི་འཆི་ལྟས་ངེས་པ་ནི།
སྒྲ་བ་སོ་བདུན་ཕྱེད་བཅས་ལ།
ཞག་གི་འཕེལ་པ་སོ་གསུམ་ལྟེ།
སོ་བཞི་ཕྱེད་བཅས་ཞག་གྲངས་ལ།
རེ་རེ་འཕེལ་འགྱུར་སྟུང་ཅུའི་བར།

དེ་ལྟར་ལོ་སོ་བདུན་བར་འཆི་ལྟས་འཕེལ་ཚུལ་བཤད་ནས། ད་ནི་ལོ་གསུམ་
སྟོགས་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་དབུ་མའི་འཆི་ལྟས་འཕེལ་ཚུལ་གྱི་ངེས་པ་ནི། ལོ་གསུམ་
སྟོགས་གསུམ་ལ་སྒྲ་བ་སོ་བདུན་དང་ཕྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ཞག་གཅིག་སྟོང་
གཅིག་བརྒྱ་ཉེར་ལྷ་ཡོད་པ་དེ་ལས། དེའི་ནང་ནས་སྒྲ་བ་སོ་བཞི་དང་ཕྱེད་ཀྱི་རིང་
ལ་འཆི་ཞག་སོ་གསུམ་འཕེལ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཞག་ཕྱེད་དང་སོ་ལྷ་ལ་གཡོན་ནས་ནམ་
མཁའི་དགྱིལ་འཁོར་དུ་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱང་ཞག་གཅིག་འབབ། དེའི་རྗེས་ཞག་ཕྱེད་
དང་སོ་བཞི་ན་གཡས་སྟུང་རྒྱང་དགྱིལ་འཁོར་དུ་འཆི་ཞག་གཉིས་འབབ། དེ་
བཞིན་དུ་ཞག་ཕྱེད་དང་། སོ་གསུམ་ན་གཡོན་ནམ་མཁའི་རྒྱང་དགྱིལ་དུ་འཆི་ཞག་
གསུམ་འབབ། དེ་ནས་ཞག་ཕྱེད་དང་སོ་གཉིས་པ་ལ་གཡས་ན་འཆི་ཞག་བཞི་
འབབ། དེ་ནས་ཕྱེད་དང་སོ་གཅིག་པ་ལ་གཡོན་ནས་ཆི་ཞག་ལྷ་འབབ། དེ་ནས་
ཞག་ཕྱེད་དང་སྟུང་ཅུ་ན་གཡས་ནས་འཆི་ཞག་དྲུག་འབབ།

(2) ཞིབ་པར་བཤད་པ། A བྱིམ་བརྩ་གཉིས་སྟོང་ས་པའི་ཚུལ།

ལྷ་བའི་བྱིམ་གྱི་ཅ་རྩལ་ལྟ། །

གཡོན་རུ་མཁའ་ནས་རིམ་པ་ལྟར། །

གསུམ་གསུམ་གྱིས་ནི་ཅ་རྩལ་རྩལ། །

སྐམས་ཤིང་མི་མཉམ་རྒྱ་བ་འཕེལ། །

དེ་བཞིན་གཡས་ནས་མཉམ་པ་རུ། །

གཉིས་བཞི་ལ་སོགས་ས་རྒྱུད་ནས། །

བསྐྱེད་རིམ་འགག་ཅིང་བྱིམ་རྩལ་སྟོང་ས། །

དེ་ལྟར་གཡོན་གྱི་འཆི་ཞག་གཅིག །གསུམ། ལྷ་སྟེ་ཆོན་པ་གསུམ་པོ་དེས་ལྷ་
བའི་ལྟོང་ལོའི་ཅ་འདབ་རྩལ་ལྟའི་ནང་ནས། གཡོན་གྱི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟོང་
རྩལ་པོ་ཅ་སྐམས་ཤིང་རྒྱུད་གཅོད་པ་དང་། གཡས་ནས་མཉམ་པའི་བྱིམ་རྩལ་རུ་
འཆི་ཞག་གཉིས། བཞི། རྩལ་སྟེ་ཆོན་པ་གསུམ་གྱིས་ལྷ་བའི་གཡས་གྱི་སའི་དགྱིལ་
ལྟོང་རྩལ་པོའི་ཅ་སྐམས་ཤིང་རྒྱུད་གཅོད། དེ་བཞིན་རུ་ཞག་ཐུང་དང་ཉེར་དགུ་
ལ་གཡོན་ནས་འཆི་ཞག་བརྩན་འབབ་པ་ནས། རིམ་བཞིན་ལ་རྒྱུས་ལ་འཆི་ཞག་
ལ་དང་། ཟུང་རྒྱུས་ལ་འཆི་ཞག་ལང་ཟུང་ཟུང་འབབ་པ་ལས། ལྷ་བའི་གཡོན་
ནས་རྒྱུད་མེ་རྩལ་འའི་དགྱིལ་ལྟོང་རིམ་རུ་སྐམས་པ་དང་། གཡས་ནས་རྩལ་མེ་
རྒྱུད་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟོང་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་རུ་སྐམས་སྟེ། ཞག་ཐུང་བརྩན་
པ་ལ་གཡོན་ནས་འཆི་ཞག་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུ་འབབ་པས། ལྷ་བའི་གཡོན་གྱི་སའི་
དགྱིལ་ལྟོང་རྩལ་པོའི་ཅ་སྐམས་ཤིང་རྒྱུད་གཅོད། ཞག་ཐུང་རྩལ་པ་ལ་གཡས་
ནས་འཆི་ཞག་སུམ་རྩལ་པ་འབབ་པས། གཡས་གྱི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟོང་རྩལ་པོ་
སྐམས་པའི་སོ་རིམ་ཤེས་པར་བྱ། དེས་ནི་ལྷ་བའི་ལྟོང་ལོའི་སྟེ་རིམ་སྟོང་པ་ཡིན།

B རྒྱུད་ཟད་དེ་འཕོ་བའི་ཚུལ།

དེ་རྗེས་རྒྱ་བ་གསུམ་པོ་ལ། །

གཡོན་ནས་སོ་གཅིག་སྟེང་སྟོབས་ཟད། །

གཡས་ནས་སོ་གཉིས་རྩལ་ཟད་བྱེད། །

ཅ་བའི་ཅ་ཆེན་དྲག་དྲག་འགག །
 ལུན་པ་ཆེན་པོ་བད་བྱེད་རྒྱུད་། །
 ཞག་གཅིག་རྒྱ་ཞིང་འཕོ་བར་བྱེད། །
 སོ་གཉིས་ཐྱེད་བཅས་ཀྱིས་བཤོས་པས། །
 དབུ་མའི་འཆི་ལྟས་ངེས་པ་ཡིན། །

དེ་ནས་འཆོ་ཞག་རྒྱ་བ་གསུམ་དང་ཞག་དྲག་ཡོད་པ་ལས། རྒྱ་བ་དང་པོར་གཡོན་ནས་འཆི་ཞག་སོ་གཅིག་འབབ་པ་ལས། ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་སྟོབས་དང་བད་ཀན་གྱི་ཁམས་རྣམས་འདྲོར་ཞིང་། རྟེ་བའི་ནང་སྒྲོར་གྱི་བྱིམ་བུ་གཉིས་ལས་གཡོན་གྱི་རུས་སྒྲོར་དྲག་གི་ཅ་ཆེན་དང་། ལུག་ལ་སོགས་པ་མི་མཉམ་པའི་བྱིམ་དྲག་སྒྲོར་དེ་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་བད་ནས་འཕོ་བའི་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་རྒྱ་བ་གཉིས་པར་གཡས་ནས་འཆི་ཞག་སོ་གཉིས་འབབ་པས། ལུས་ཀྱི་རུལ་དང་མཁྱིས་པའི་ཁམས་འདྲོར་ཞིང་། རྟེ་བའི་གཡས་ཀྱི་རུས་སྒྲོར་དྲག་དང་། རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་མཉམ་པའི་བྱིམ་དྲག་སྒྲོར་དེ་ཉི་མའི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་བད་དེ་བཤོད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྟེ་བའི་གཡས་ཀྱི་ཅ་བའི་ཅ་ཆེན་དྲག་དང་། གཡོན་གྱི་ཅ་བའི་ཅ་ཆེན་དྲག་པོ་དག་འགག་སྟེ་སྐམས་པས། དེ་ནས་རྒྱ་བ་གསུམ་པར་སྒྲ་བྱག་གཉིས་ཀ་ནས་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུད་ཞག་སོ་གསུམ་འབབ་པས། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་གི་ཁམས་དང་། རྒྱ་གཅན་གྱི་ཁམས་རྣམས་འདྲོར་ཞིང་བད་པ་དང་། སྒྱི་བོ་དང་། མགིན་པ། སྒྲིང་ག། །གསང་གནས་ཀྱི་ཅ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་རུས་པ་འདྲིན་པའི་ཅ་རྣམས་སྐམས་ཤིང་། སྤང་ཁམས་སྒྲིད་མཆེད་རྣམས་ཡུལ་ལ་ངེ་ལྟར་སྒྲོར་བའི་རུས་པ་མེད་པར་ལུན་པ་ཆེན་པོ་བད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ངམ། རྒྱ་གཅན་ནམ་སྟོག་རྒྱུད་ཉི་ཤི་གཅིག་སྒྲོར་ཞག་གཅིག་ལ་རྒྱ་ནས། དབུ་མའི་ཅ་སོ་དྲག་དང་། འཁོར་ལོའི་རྟེ་བ་རྣམས་བད་དེ་རྒྱུད་རྣམས་འགག་ཅིང་། ཁམས་ཐམས་ཅད་འདྲོར་ནས་སྟོག་རྒྱུད་སྤྲ་བ་དེ་ཉིད་སྤྲིད་པ་གཞན་རྒྱུ་འཕོ་བ་ཡིན་ནོ། །སོ་གཉིས་ཐྱེད་བཅས་ཀྱིས་བཤོས་པས། །དབུ་མའི་འཆི་ལྟས་ངེས་པ་ཡིན། ཞེས་པར། ཀམ་པ་མཁའ་ཁྱབ་དོ་རྗེས། དེ་ལྟར་ལོ་གསུམ་དང་སྟོགས་གསུམ་གྱི་ཞག་སྒྲོར་དང་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ཅ་

ལུ་པོ་ལ། སོ་གཉིས་ཐུད་བཅས་ཀྱིས་བཞོས་པའི་ཐོབ་ཚོར་གྱིས། དབུ་མའི་འཆི་
ལྷས་ངེས་པ་ཡིན། ཞེས་འགྲེལ། །འགྲེལ་པ་ལོ་ཆེན་ཞལ་ལྷང་ལས། དེ་ལྷར་ལོ་
བརྒྱ་པོ་དེ། ལྷ་བ། ཞག །ཆུ་ཆོད། ཆུ་སྤང་། དབུགས་ཀྱི་བར་དུ་བསེལ་ནས་སོ་
གཉིས་ཐུད་བཅས་ཀྱིས་བཞོས་པ་ལས་དབུ་མའི་འཆི་ལྷས་ངེས་ཐུབ་པ་ཡིན་ནོ། །
ཞེས་འགྲེལ་པས། བྱི་མ་འདི་ཉིད་དོན་གནད་ཆེ་བར་མཐོང་།

གསུམ། གཡས་ཉི་མའི་འཆི་ལྷས།

༡ འཆི་བསྐྱུ་རྩས་པའི་འཆི་ལྷས་འཕེལ་ཚུལ།

དེ་ནས་རྩས་མིན་ཉི་མ་ཡི། །
འཆི་ལྷས་ངེས་པ་འདི་ལྷར་སྟེ། །
གཡས་སུ་ཞག་གཅིག་རྒྱ་བ་ནི། །
ལོ་གསུམ་ཕྱིགས་གསུམ་ན་འཆི་ལོ། །
ལུ་རྒྱ་ལོ་གསུམ་ཆེ་ཡིན་ཏེ། །
བརྩ་རྒྱ་ལོ་གཉིས་ཆེ་ཡིན་ནོ། །
བཙོ་ལུ་རྒྱ་ན་ལོ་གཅིག་ཆེ། །
ཉི་ཤུ་རྒྱ་ན་ལྷ་དྲུག་འཆོ། །
ཉེར་ལུ་རྒྱ་ན་ལྷ་བ་གསུམ། །
དེ་ནས་ལུ་ཆོན་འཕེལ་བ་སྟེ། །
བྱི་ལུ་སྟོངས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །
དེ་ནས་རེ་རེས་བྱི་ལུ་རེ་འདོར། །
ཉེར་དྲུག་རྒྱ་བས་ལྷ་གཉིས་ཆོ། །
ཉེར་བདུན་རྒྱ་བས་ལྷ་གཅིག་ཐུབ། །

དེ་ཡང་དབུ་མའི་འཆི་ལྷས་བཤད་པ་དེ་ནས་རྩས་མིན་འཆི་བ་ཉི་མའི་འཆི་
ལྷས་ངེས་པ་ནི་འདི་ལྷ་སྟེ། ལྷས་ངན་པ་སྟོན་པ་དང་། བྱད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་
ཀྱི་རྩས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་ལྷས་ཡིན་ངེས་ཀྱི་རྒྱུང་ཡོན་པོ་གཡས་ནས་ཞག་གཅིག་རྒྱ་
ན་ལོ་གསུམ་དང་ཕྱིགས་གསུམ་ན་འཆི་ལ། དེ་ནས་གཡས་སུ་རྒྱུང་ཡོན་པོ་ཞག་

ལྷ་རྒྱ་ན། སྤང་གི་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་ལོ་གསུམ་ལས་ཆོ་
མེད་དོ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ལོ་གཅིག་ལ་འཆི་ཞག་ལྷ་འཕེལ་ཏེ་གཡས་འཆི་ཞག་བརྩ་རྒྱ་
ན་འབྲིག་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་རྟགས་ཡིན་པ་ཆོའི་ལྷག་མ་ལོ་གཉིས་ཡོད་དོ།
ཡང་ལོ་གཅིག་ལ་འཆི་ཞག་ལྷ་འཕེལ་ནས་འཆི་ཞག་བཅོ་ལྷ་རྒྱ་ན་ཀའི་བྱིམ་གྱི་
ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་ཆོའི་ལྷག་མ་ལོ་གཅིག་ཡོད་དོ། །

དེ་ནས་ལྷ་བ་དུག་ལ་ལྷ་བ་རེར་འཆི་ལྷས་གྱི་རྒྱང་ཞག་རེ་འཕེལ་སྟེ། ལྷ་བ་དུག་
ན་སྤྲ་གཡས་ནས་འཆི་ལྷས་གྱི་རྒྱང་ཞག་ཉི་ཤུ་རྒྱ་ན། སེང་གའི་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་
འགགས་པའི་རྟགས་ཏེ་ཆོའི་ལྷག་མ་ལྷ་བ་དུག་ཡོད། དེ་ནས་ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་
ལ་འཆི་ཞག་ལྷ་འཕེལ་ནས་ཞག་ཉེར་ལྷ་རྒྱ་ན་བུ་མོའི་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་
རྟགས་ཏེ་ཆོའི་ལྷག་མ་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད་དོ། དེ་ནས་ལོ་ལྷའི་འཆི་ལྷས་སུ་ཞག་
ལྷ་ཆོན་དུ་འཕེལ་ཏེ་བྱིམ་ལྷ་སྤྱིང་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ནས་འཆོ་བའི་ཞག་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། འཆི་ཞག་རེ་རེ་འཕེལ་བས་
བྱིམ་རེ་འདོར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནས་གཡོན་ནས་ཞག་བཞིར་ཐ་མལ་པའི་རྒྱང་རྒྱ་
ཞིང་། སྤྲ་གཡས་སུ་འཆི་ཞག་ཉེར་དུག་པ་རྒྱ་བས་སྤང་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་
རྟགས་ཏེ་ཆོའི་ལྷག་མ་ལྷ་བ་གཉིས་ཡོད་དོ། དེ་ནས་ཐ་མལ་པའི་རྒྱང་ཞག་གསུམ་
རྒྱ་ཞིང་འཆི་ཞག་ཉེར་བདུན་པ་རྒྱ་བས། སྤྲིག་པའི་བྱིམ་གྱི་ཙྰ་ལྷ་འགགས་པའི་
རྟགས་ཏེ་ཆོའི་ལྷག་མ་ལྷ་བ་གཅིག་ཡོད་དོ། །

༩ འཆི་བ་བསྐྱུ་མི་རྩས་པའི་འཆི་ལྷས་འཕེལ་ཚུལ།

བྱིམ་བདུན་འདས་ནས་རྒྱས་པ་སྟེ། །

དེ་ནས་སྐྱུས་ཀྱང་བསྒྲིག་མི་རྩས། །

ཞག་ནི་སོ་གསུམ་ན་འཆི་བ། །

བཅོ་ལྷ་བརྩ་དང་ལྷ་དང་གསུམ། །

བྱིམ་བཞི་འདོར་བྱེད་བརྩ་གཅིག་སྤྱིངས། །

ཉི་མའི་སྤྱོདས་ཟད་དེ་འོག་དུ། །

ལྷ་བ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱང་། །

གཡོན་ནས་ཞག་གཉིས་རྒྱ་བར་བྱེད། །

ཁྱིམ་ནི་བརྩ་གཉིས་པ་ཡང་སྟོངས། །

དེ་ནས་དབུ་མར་ཞག་གཅིག་རྒྱ། །

རྣམ་ཤེས་པ་རོལ་འགྲོ་བར་བྱེད། །

དེ་ལྟར་འཆི་ལྟས་ཀྱིས་ཁྱིམ་བརྩན་པ་འདས་ནས་འཆི་རྟགས་རྒྱས་ཟིན་པས་སྐྱས་
ཀྱང་བརྒྱུག་པར་མི་རྣམས་ཤིང་། དེ་ནས་ཞིབ་མོར་ན་འཆི་བའི་ཞག་སོ་གསུམ་ཡོད་
ཅིང་། འཆི་ལྟས་ཞག་བཙོ་ལྷ་བར་འཕེལ་བས་གཞུ་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་ལྷ་འགགས། དེ་ནས་
ཞག་བརྩ་རྒྱ་བས་རྒྱ་སྟོན་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་ལྷ་འགགས། དེ་ནས་ཞག་ལྷ་རྒྱ་བས་བུམ་པའི་
ཁྱིམ་གྱི་ཅ་ལྷ་འགགས། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་རྒྱ་བས་ཉའི་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་ལྷ་འགགས་ཏེ།
དེ་ལྟར་ཁྱིམ་བརྩ་གཅིག་སྟོངས་ནས་ཉི་མའི་སྟོབས་ཟད་དེ། དེའི་འོག་རྩ་རྒྱ་བ་
ཟད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུང་། གཡོན་ནས་ཞག་གཉིས་རྒྱ་བས་དེས་ལྷག་གི་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་
རྣམས་རྣམས་སྟོངས་ཤིང་། དེ་ནས་དབུ་མ་ལ་ལུན་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུང་ཉེ་སྟོག་རྒྱུང་
ཞག་གཅིག་རྒྱ་ཉེ། དེ་ནས་སྟོག་རྒྱུང་ལྷ་བ་དེ་དང་ལྷན་རྩ་རྣམ་ཤེས་ལྷས་ཀྱི་པ་
རོལ་རྩ་བུ་ག་དཔྱ་གང་རུང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཉེ་བར་སྟོན་རྩ་འགྲོ་བར་བཤད། །

བཞི། གཡོན་རྒྱ་བའི་འཆི་ལྟས།

གཡོན་གྱི་རྒྱ་བའི་རྟགས་བཤད་པ། །

གཡོན་ནས་ཞག་གཅིག་རྒྱ་བ་ནི། །

ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་ནང་འཕོའི་རྟགས། །

དེ་ནས་རྒྱ་བ་དུག་པ་ལ། །

ཞག་རེ་འཕེལ་བས་ཞག་གསུམ་རྒྱ། །

དེ་ནས་རྒྱ་བ་སུམ་ཅུའི་ཆོ། །

ཉེ་བའི་ཁྱིམ་གཅིག་སྟོངས་པ་ཡིན། །

དེ་ནས་རྒྱ་བ་རེ་རེ་བཞིན། །

འཆི་ལྟས་ཞག་ནི་རེ་རེ་འཕེལ། །

རྒྱ་བ་གསུམ་གྱིས་ཁྱིམ་རེ་འདོར། །

གཡོན་རྒྱུང་ཞག་གངས་འཕེལ་བ་བཞིན། །
 འཆོ་བའི་ཟླ་བ་འབྲི་བ་ཡིན། །
 གང་ཆོ་ཞག་ནི་སོ་གསུམ་རྒྱ། །
 དེས་པར་ཞག་ནི་གསུམ་ན་འཆི། །
 བྱིས་ནི་བརྩ་གཅིག་སྟོངས་པ་ཡིན། །
 དེ་ནས་ཞག་གཉིས་ཉི་མའི་ཁམས། །
 ཟད་པར་བྱེད་པས་གཡས་ནས་རྒྱ། །
 དེ་ལོག་དབུ་མ་ཞག་གཅིག་ནས། །
 རྣམ་ཤེས་གཞན་དུ་འཕོ་བ་ཡིན། །

དེ་ཡང་གཡོན་གྱི་ཟླ་བའི་འཆི་ལྟས་ཞུགས་པའི་རྟགས་བཤད་པ་ནི། རྣ་བྱག་གཡོན་ནས་རྒྱུང་ཡོན་པོ་ཞག་གཅིག་རྒྱ་བ་ནི་ལོ་གསུམ་དང་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འཕོ་བ་སྟེ་འཆི་བའི་རྟགས་ཡིན་ལ། དེ་ནས་ཟླ་བ་གཉིས་ལ་འཆི་ཞག་རེ་རེ་འཕེལ་བས་ཟླ་བ་དྲུག་ལ་འཆི་ཞག་གསུམ་རྒྱ་སྟེ། དེས་གཡོན་གྱི་དུས་སྟུར་དང་པོ་ལྷག་ཙ་ལྷ་འགགས་ཤིང་། དེ་ནས་འཆོ་བའི་ཆོ་ཟླ་བ་སུམ་རུ་ཡོད་པ་ལས། ཟླ་བ་རེ་རེ་བཞིན་འཆི་ལྟས་ཞག་རེ་རེ་འཕེལ་བས། ཟླ་བ་གསུམ་རེས་བྱིས་རེའི་ཙ་ལྷ་པོ་འདྲོར་ཏེ་སྟོངས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། གཡོན་ནས་འཆི་ཞག་གི་གངས་རི་ཅམ་འཕེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་འཆོ་བའི་ཞག་གངས་འབྲི་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཚུལ་ཡང་སྤར་གྱི་འཆི་ཞག་གསུམ་པོའི་སྟེང་དུ། ཟླ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་བསགས་པའི་འཆི་ཞག་གསུམ་དང་བཅས་པའི་འཆི་ཞག་དྲུག་གི་དུས་སྟུར་གཉིས་པ་སྟེ་སྤང་བྱིས་གྱི་ཙ་ལྷ་འགགས་པས། དེ་ནས་འཆོ་བའི་ཆོ་ཟླ་བ་ཉེར་བདུན་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་འཆི་ཞག་དབུ་དང་བཅས་པའི། ཟླ་བ་གསུམ་གྱིས་དུས་སྟུར་གསུམ་པ་སྟེ་འབྲིག་བྱིས་གྱི་ཙ་ལྷ་འགགས་ཏེ། འཆོ་བའི་ཆོ་ཟླ་བ་ཉེར་བཞི་ཡོད་པ་རེད། དེས་རིག་འགོ་ནས་མཐར་འཆི་ཞག་སོ་གསུམ་དང་བཅས་པའི་ཟླ་བ་ཐ་མ་གསུམ་གྱིས་བྱིས་བརྩ་གཅིག་སྟེ་བུམ་པའི་བྱིས་གྱི་ཙ་རྣམས་འགགས་ཏེ། སྟོངས་པར་འགྱུར་བར་ཡིན། དེ་ནས་ཞག་གཉིས་གཡས་འབའ་ཞིག་ནས་རྒྱ་བས་ཉི་མའི་ཁམས་ཟད་པར་

བྱེད་ཅིང་། རུས་སྦྱར་བརྩ་གཅིག་པའམ་ཉའི་བྱིམ་གྱི་ཅ་རྒྱལ་མ་འགགས་སོ། །དེའི་
འོག་ཏུ་དབུ་མ་ལ་སྒྲིག་རྒྱུང་ཞག་གཅིག་རྒྱ་ནས། མཐར་སྒྲིག་རྒྱུང་སྤྱ་བ་དང་རྒྱམ་
ཤེས་ལྟན་ཏུ་གནས་གཞན་བཅས་སོ་ལས་སྦྱར་འཕོ་བ་ཡིན་ནོ། །

ལ། དེ་དག་གི་ངེས་པ་བསྟན་པ།

༡ ཉི་ཟླའི་འཆི་ལྟས་སོ་སོར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན།

དེ་ལྟར་ཉི་ཟླའི་རྟགས་འབྱུང་བ། །

ཉེ་བའི་མཉམ་པ་ལྷག་སོགས་ཀྱི། །

བྱིམ་ནས་ཐོག་མར་རྒྱུང་རྒྱ་བ། །

ཟླ་བའི་འཆི་ལྟས་གཙོ་བོ་སྟེ། །

སྤང་སོགས་མཉམ་པའི་བྱིམ་རྒྱལ་ལ། །

རྒྱུང་འབྱུང་ཉི་མ་གཙོ་བོ་ཡིན། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟར་ཉི་ཟླའི་རྟགས་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་ཡང་། ཉེ་བའི་མི་མཉམ་པའི་
ལྷག་སོགས་ཀྱི་བྱིམ་ནས། ཐོག་མར་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་སྤྱ་གཡོན་ནས་རྒྱ་བ་ནི་ཟླ་
བའི་འཆི་ལྟས་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། སྤང་སོགས་མཉམ་པའི་བྱིམ་རྒྱལ་ལས་ཐོག་
མར་འཆི་ལྟས་ཀྱི་རྒྱུང་འབྱུང་བ་ནི་ཉི་མའི་འཆི་ལྟས་གཙོ་བོ་ཡིན།

༢ རུས་མིན་འཆི་ལྟས་ངེས་པའི་རྒྱ་མཆན།

སྤང་མ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་ནས། །

སྦྱིས་ནས་ཞག་གཅིག་ཐུབ་པའི་བར། །

ཅ་ཀྱན་རྒྱ་དང་དབུ་མ་རྒྱུང་། །

རྒྱ་བའི་རིམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན། །

དེ་ཡང་སྤང་མ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་ནས། སྦྱིས་ནས་ཞག་གཅིག་ཐུབ་པའི་བར་གྱི་ཆོ་
རིང་ཐུང་ནི་རྒྱུང་རྒྱ་བས་བྱེད་ལ། རྒྱུང་དེ་ཅ་ཀྱན་ནས་རྒྱ་ན་འཆོ་བ་དང་། དབུ་
མ་རྒྱུང་པ་ནས་རྒྱ་ན་ཞག་གཅིག་ལས་མི་འཆོ་བ་སྟེ། ཆོ་རིང་ཐུང་འབྱུང་བའི་རྒྱ་
མཆན་ཡང་། ཅ་མང་ཉུང་དག་ལ་རྒྱུང་རྒྱ་བའི་རིམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །
ཞག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ནས་འཆི་ན་ཡང་། ཅ་ཉིས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལ་བརྩ་ལ་

རྒྱུ་རྒྱ་ཁིང་ཡོད་པ་རེད།

༡ གློ་བུར་དུ་ཅ་རྒྱུ་འགག་པའི་ཚུལ།

གང་ཆེ་དུག་དང་མཆོན་དང་ནད། །

དུག་པོས་ཅ་རྒྱལ་ས་གཅིག་ཅར་འགག།

རྒྱ་དེས་གློ་བུར་འཆི་བར་གསུངས། །

རི་ལྟར་ཉེ་བ་འགག་པ་བཞིན། །

ཐུན་དང་རྒྱ་སྐར་ཟླ་ཤར་གི། །

རིམ་པས་འཁོར་ལོ་གཞན་ཡང་མཆུངས། །

ལོ་ལྔ་དང་ཆོགས་ཀྱན་ལ། །

དབུག་གུ་བཅུ་གཉིས་བཅུ་གཉིས་ནི། །

ཞག་དུག་རྒྱ་ནས་ཟད་པ་ཡིན། །

རྒྱུ་གི་འཆི་ལྟས་བཟུན་པའོ། །

གང་ཆེ་དུག་དང་། མཆོན་དང་། བུག་དུག་པོས་འཆི་བ་རྒྱལ་ས་ལ་ཅ་རྒྱལ་ས་
གཅིག་ཆར་དུ་འགག་ཁིང་། རྒྱ་དེས་གློ་བུར་དུ་འཆི་བར་གསུངས་ལ། རི་ལྟར་ཉེ་
བའི་ཅ་འཁོར་རྒྱལ་ས་རིམ་བཞིན་དུ་འགགས་པ་བཞིན་དུ། རྒྱུ་གི་ཐུན་གྱི་ཅ་
བཟུང་དང་། མགིན་པ་རྒྱ་སྐར་གྱི་ཉེར་བཟུང་དང་། དཔལ་བར་ཟླ་ཤར་གི་ཅ་
རྒྱལ་ས་རིམ་པར་བཞིན་འགགས་པ་ཡིན་པ་ནི། གོང་དུ་ཅ་འགགས་པའི་གནས་
སྐབས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན། ཉེ་བ་མ་གཏོགས་པའི་འཁོར་ལོ་ལྔ་དང་། ཡན་ལག་
གི་འཁོར་ལོའི་ཆོག་ཀྱན་ཡང་འབྱུང་བ་ལྟའི་རྒྱུ་རེ་རེ་ལ། དབུ་གུ་བཅུ་གཉིས་
རེས་དབུ་བས། བཟྱེད་པའི་རིམ་པ་དུག་ཅུ་དང་། ཅུད་པའི་རིམ་པ་དུག་ཅུ་ཡོད་
པའི་རྒྱུ་རྒྱལ་ས་ཞག་དུག་རྒྱས་ནས། ཟད་པར་འབྱུར་བ་ནི་རྒྱུ་གི་འཆི་ལྟས་
བཟུན་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཐིག་ལེ་འགག་བའི་རིམ་པ།

གཅིག་ ལོ་དགུ་བརྩ་གོ་བརྩན་གྱི་ཐིག་ལེ་འདྲོར་བའི་ཚུལ།

༡ ཉེན་ཅ་རྒྱུ་སྐྱེས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ནས་ཐིག་ལེ་འགག་པ་ནི། །

ལོ་གཅིག་ནང་གི་ཁམས་འཕེལ་ནས། །

རྒྱུ་གི་རྩས་པ་སྤྱིར་ཤོར་བས། །

དཀར་ནག་ཅ་འགྲིབ་སྒྲ་མ་བཞིན། །

དེ་ནས་ཐིག་ལེ་འགག་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅ་འཕེལ་བའི་ལོ་གཅིག་པོ་
དེའི་རིང་ལ་ནང་གི་ཁམས་བྱང་སེམས་ཀྱང་འཕེལ་ཞིང་། དེ་ནས་རྒྱུ་གི་རྩས་པ་
སྤྱིར་ཤོར་ནས། ཞག་རེ་ལ་དཀར་ནག་གི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཅ་གཉིས་གཉིས་རེ་སྒྲ་
པ་སྒྲ་མ་ཅ་དང་རྒྱུ་བཤད་པར་བཞིན་ནོ། །

༢ བཞེན་པ་ཁམས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ནས་ལོ་ནི་བརྩ་རྒྱག་བར། །

ཐིག་ལེ་འཕེལ་ཏེ་དེ་ནས་ནི། །

དཀར་པོ་འགྲིབ་ཅིང་འདྲོར་བར་བྱེད། །

དེ་ནས་ཁྲག་ནི་འཕེལ་བ་ཡིན། །

སོ་གཉིས་ནས་ནི་དེ་ཡང་འདྲོར། །

རྒྱུ་དང་མེ་དང་རྩ་སའི་སྟོབས། །

བརྩ་རྒྱག་རེ་ནས་འགྲིབ་པ་སྟེ། །

རགས་པར་དགུ་བརྩ་གོ་བརྩན་པ། །

སྟོབས་ཀྱན་དོར་ནས་ལོ་གསུམ་ན། །

འཆི་བའི་ངེས་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

འཆི་ལྟས་སྒྲ་ཐུར་པའི་ཐིག་ལེ་འགགས་པ་ལ། སྤྱིར་ཐིག་ལེ་ནི་ལོ་བརྩ་རྒྱག་གི་
བར་དུ་འཕེལ་སྟེ། དེ་ནས་དཀར་ཆ་འདྲོར་ཞིང་འགྲིབ་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལོ་བརྩ་

རྒྱལ་པར་དམར་ཆ་འཕེལ་ཏེ་ལོ་སོ་གཉིས་ནས་དེ་ཡང་འདྲོར་ལ། དེ་བཞིན་རྩ་ལོ་
བརྒྱ་རྒྱལ་ལ་རྒྱུང་དང་། བརྒྱ་རྒྱལ་ལ་མ། བརྒྱ་རྒྱལ་ལ་ཆུ། བརྒྱ་རྒྱལ་ལ་སའི་
སྟོབས་རྣམས་འཕེལ་ནས། བརྒྱ་རྒྱལ་རེ་སོང་མཐར་རེ་རེ་བཞིན་འགྲིབ་པ་ཡིན།
དེ་ལྟར་རགས་པར་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ལོ་བརྒྱན་ལ་སྟོབས་ཀྱན་དོར་ནས། ལོ་གསུམ་ན་
ཆེ་བར་ངེས་པར་གྲེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས། ལོ་གསུམ་གྱིས་འཆི་ལྷས་དངོས།

ལྟེ་བའི་རྩ་གཅིག་ཆད་པ་དང་། །

གཡས་གཡོན་ཞག་གཅིག་རྩས་སྦྱོར་མཉམ། །

གཅི་བ་འཁྱར་བ་རྒྱ་རྒྱལ་སྟེ། །

ན་བའི་སྒྲ་དོར་ཞག་རྒྱལ་སྟེ། །

ལྷེ་ཡི་རོ་དོར་ཞག་ལྷ་ཡིན། །

མིག་དབུས་རི་མོ་ཞག་བཞིའི་ཆོ། །

སྒྲ་ཞོམ་དྲི་དོར་ཞག་གསུམ་མོ། །

རེག་བྱ་དོར་བ་ཞག་གཉིས་ཡིན། །

ཆོས་ཁམས་ཁུ་བ་ཉམས་པ་ནི། །

ཞག་གཅིག་ནས་ནི་པ་རོལ་འགྲོ། །

དཀར་ཆ་འོག་རྩ་རྒྱུང་བ་སྟེ། །

དམར་ཆ་གྲེན་རྩ་འགྲོ་བ་ཡིན། །

རྒྱུང་རྣམས་སྒྲ་སྟོན་ནས་འགྲོ་སྟེ། །

དེ་ཡང་ལྟེ་བའི་རྩས་སྦྱོར་གྱི་རྩ་གཅིག་ཆད་པ་དང་། སྒྲ་བྱག་གཡས་གཡོན་གང་
རྒྱུང་བའི་ཞག་གཅིག་གི་རྩས་སྦྱོར་ཉམས་པ་རྩས་མཉམ། དེའི་རྒྱགས་གཅི་བ་
འཁྱར་བ་ནི་རྒྱ་བ་རྒྱལ་ན་འཆིའོ། དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་འཛིན་པའི་རྩ་རྣམས་རིམ་
པར་ཉམས་ནས། ན་བའི་སྒྲ་དོར་བ་ཞག་རྒྱལ་ན་འཆིའོ། ལྷེའི་རོ་འདྲོར་བ་ཞག་

① གཅིན་པ་འགག་པའི་དོན།

ལྷ་ན་འཆི། མིག་དབུས་ན་ཆངས་རིས་བྱང་ན་ཞག་བཞིན་འཆི། ལྷ་ཞོམ་ཞིང་དྲི་
 འོར་ན་ཞག་གསུམ་ན་འཆི། རིག་བྱའི་དབང་པོ་དོར་ན་ཞག་གཉིས་ན་འཆི། ཆོས་
 ཁམས་ཁྱ་བ་ཉམས་པ་ཞག་གཅིག་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་འགོ་བཤོ། །དེ་ཡང་
 རྟེན་འོག་གི་ཁྱ་བ་ཉམས་པའི་ཚུལ་ནི། ས་ལས་ཐོབ་པའི་དཀར་ཆ་སྤྱི་པོ་ནས་འོག་
 ཏུ་སྤྱིང་ག་བར་ལྟ། ས་ལས་ཐོབ་པའི་དམར་ཆ་སྤྱི་བ་ནས་ཤུན་དུ་སྤྱིང་ག་བར་
 འགོ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྒྱུང་ནམས་སྣ་སྟོན་སྤྱིར་འགོ་ཞིང་ནང་དུ་མི་སྟོག་གོ།

ས་བཅད་བཞི་པ། ཞར་ལ་གནས་གཞན་ཏུ་འཕོ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།

དེ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཀྱན་གཞི་ནི། །
 ཆངས་བྱག་ནས་ནི་གཞུགས་མེད་དེ། །
 ཐིག་ལེ་ལས་ནི་ལྟ་མོ་ཆེ། །
 རྟེ་བ་ལས་ནི་འདོད་ཁམས་ལྟ། །
 མིག་ལས་འདོད་པའི་མི་དབང་པོ། །
 ལྷ་ལས་གནོད་སྤྱིན་གནས་སུ་སྤྱོ། །
 རྣ་བ་ལས་ནི་ཁྱབ་པའི་ལྟ། །
 སྤྱིང་པའི་སྟོ་ལས་ཡི་དྲགས་བཤད། །
 ཚུ་ཡི་ལས་ལས་དུང་འགོར་འགྱུར། །
 འོག་སྟོ་ལས་ནི་དཔྱལ་བ་བརྒྱད། །
 དེ་ནས་བར་དོ་འབྱུང་བ་ཡིན། །

དེ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀྱན་གཞི་ལ་ཐིམ་ནས་སྟོག་རྒྱུང་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བའི་རྣམ་
 པ་ཅན་དེ་ཉིད། སྤྱིང་པ་གཞན་དུ་འགོ་བའི་ཚུལ་ནི། དེ་ཡང་ཆངས་བྱག་ནས་
 སོང་ན་གཞུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྤྱོ། སྤྱིན་མཆོམས་ཐིག་ལེ་ནས་འཕོ་ན་གཞུགས་
 ཁམས་སུ་སྤྱོ་བ་དེ་ལ་ལྟ་མོ་ཆེ་ཞེས་འཕོད་དོ། །རྟེ་བ་ནས་འདོད་ལྟ་རིགས་བྱག་སྤྱོ།
 མིག་ལས་འདོད་པའི་མིའི་དབང་པོར་འགྱུར་ཞིང་། ལྷ་ལས་གནོད་སྤྱིན་གནས་
 དང་། རྣ་བ་ལས་ཁྱབ་པའི་ལྟ་ཞེས་བྱ་བ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་པ་དང་སྐལ་མཉམ་གྱི་
 རིག་འཇོན་དང་། ཡང་ན་རྣ་བ་ལས་ལྟ་མིན་དུ་སྤྱོ་བར་བཤད་པ་ཡང་ཡོད། སྤྱིང་

པའི་སྒོ་སྟེ་ཁྱེ་བའི་ལམ་ནས་ཡི་དྲགས་དང་། དྲི་རྒྱའི་ལམ་ནས་དུད་འགོ། འོག་སྒོ་
ལས་འཕྲོས་ན་དཔྱལ་བ་བརྒྱད་དུ་སྟེ། དེ་ལྟར་ལམ་དེ་རྣམས་ལས་འཕྲོས་ནས་
ཉིང་མཆམས་མ་སྒྱུར་བའི་བར་དེ་ལ་བར་དོ་ཅིས་བྱ་སྟེ། ཆབ་གསུམ་ལས། ལྷས་
ནི་རྟིང་པ་དོར་ནས་སྟ། །ལྷས་གཞན་གསར་པ་མ་སྒྲངས་པའི། །དབང་མེད་བར་
དོའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །མདུན་དུ་བྱ་ལྷག་འཕྲུབས་ལྟར་གྱུར། །ཞེས་གསུངས། དེ་
ལྟར་འཆི་སྟིང་། བར་སྟིང་། རྒྱེ་སྟིང་གསུམ་ནི་སྒྲ་གསུམ་པོ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

ས་བཅད་ལྔ་པ། བརྒྱག་བརྒྱ་བ།

སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐིམ་པ་ནི། །
སྒྲ་གསུམ་རང་བཞིན་ཉིད་མ་ཤེས། །
འོད་གསལ་སྤང་དང་ཐུན་པ་ཡི། །
སྤྲོད་དང་སྤྲོད་པ་ཆེན་པོ་རྣམས། །
མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོར་འབྱམས། །
དེ་ཉིད་སྤྲུངས་པ་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །

རྣམ་པར་དག་པས་བྱ་ངན་འདལ། །

དེ་ཡང་རྟོན་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐིམ་པ་ལས་བརྟེན་པ་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་
བརྒྱད་ཀྱང་ཐིམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་ཐིམ་པ་སྤང་བ་
སྟུལ་པའི་སྒྲ་དང་། ཡིད་རྒྱུན་ཅན་དང་རྣམ་རྟོག་སྒྲ་བ་ཐིམ་པ་མཆེད་པ་ལོངས་
སྟུ། ཀྱན་གཞི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ་ཉེར་ཐོབ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྒྲ་
གསུམ་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མ་ཤེས་ཤིང་། སེམས་ཅན་ཀྱན་
གཞིའི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བའི་སྤང་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཡང་། འདུ་བྱེད་
ཡིད་ཀྱི་གཡོ་བའི་དབང་གིས་ཐུན་པར་གྱུར་པ་ཡིན། སྤང་བ་གསུམ་པོ་དེ་ཡང་
རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་གིས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པ་དང་། ཡིད་རྒྱུན་ཅན་གྱིས་སྤྲོད་པའི་
ཤིན་ཏུ་སྤྲོད་པ། ཀྱན་གཞིས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་
པས་འཁོར་བར་འབྱམས་ཅིང་། དེ་ཉིད་སྤྲུངས་པ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཏེ་རྣམ་པར་དག་
པའི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་འཕྲོག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

མཆོག་དོན་བཟུ་བ།
གཞུང་དོན་མདོར་བཟུས་ནས་བཟུན་བ།

ས་བཅད་དང་མོ། རྩེ་ཕྱོད་གསུམ་སྒྱིར་བཤད་བ།

རྒྱལ་བས་རྒྱད་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ། །
ཕྱི་རོལ་བྱུན་མོང་སྤང་བ་དང་། །
ནང་དུ་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་དང་། །
གཞན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ལྟ་དང་སྤྲུགས། །
དྲི་མ་དང་བཅས་རྟོགས་པ་དང་། །
དྲི་མེད་ཡི་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས། །
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་དང་། །
སྤྱོད་དང་སྤྱོད་མེད་གསུངས་པ་ལ། །

སྤྱར་ཡང་རིག་འཛིན་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་དེ་དག་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་གཞུང་དང་སྤྱར་བ་རྒྱ་
མཚན་དང་བཅས་པ་བསྟན་པ་ལ། རྒྱལ་བ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
རྒྱད་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ་གསལ་པོར་གསུང་པ་ནི། ཕྱི་རོལ་དུ་བྱུན་མོང་བའི་
རྣམ་རིགས་ཅམ་གྱི་སྤང་བ་འདི་དག་དང་། ནང་རྩོུལ་ལྟས་ཀྱི་ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་
དང་། གཞན་ལམ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ལྟ་དང་། སྤྲུགས་ལ་
སྤྲུགས་པ་རྣམས། ཇི་སྲིད་ཉོན་མོངས་དང་ཤེས་བྱའི་དྲི་མ་དང་བཅས་པའི་རྟོགས་
པས་སྤྲུག་པ་དེ་སྲིད་དུ་སྤྱང་གཞི་ཞེས་བྱ་ལ། དྲི་མ་དེ་རྣམས་དག་ཕྱི་རྩེ་ལྟ་བ་
དང་། ཇི་སྲིད་མཁྱེན་པའི་ཡི་ཤེས་གཉིས་རྫོབ་པར་ནི་སྤྱོད་འབྲས། དྲི་མ་དེ་དག་
སྤྱང་པའི་ཐབས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནི་ལམ་ཡིན། དེ་ལྟར་གཞི་ལམ་འབྲས་བྱ་
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་རང་བཞིན་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཐ་སྙད་ལས་བཅམས་ཏེ་གསུང་
ཅིང་། གསུང་ཚུལ་ནི། སྤྱོད་བཅས་མིང་ཚིག་ཡི་གེ་ལ་སྤྲུགས་པ་ལྟར་དང་། སྤྱོད་
མེད་སོ་སོ་རང་རིག་གི་མཛོན་གསུམ་དུ་གསུང་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། མྱེ་ཕྱོད་མོ་མོ་ལ་ཐུར་བ།
གཅིག །མདོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།

༡ མྱེ་འོ་མདོན་པ།

མྱེ་འོ་བྱེད་པོ་གཞན་མེད་པ། །
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་སྒྲུང་རང་སྒྲུང་སྟེ། །
རྟོག་པས་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གྱི། །
སྟོད་བརྟུང་སྤྲ་རགས་མིང་ཆོག་དང་། །
ཡི་གེ་སྟོགས་དུས་ལ་སོགས་པ། །
གསུངས་པ་མྱེ་འོ་མདོན་པ་སྟེ། །

གཞུང་འདིར་མྱེ་འོ་ལ་དུ་སྒྲུང་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་
བྱེད་པ་པོ་གཞན་མེད་པ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲུང་ལུལ་དང་། སེམས་
རང་གི་སྒྲུང་བ། རྟོག་པས་བརྟགས་པ་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གྱིས་བསྟུས་པའི་དངོས་
པོ། སྟོད་བརྟུང་སྤྲ་རགས་དང་། མིང་ཆོག་དང་། ཡི་གེ་དང་། སྟོགས་དང་། དུས་
ལ་སོགས་པའི་རྣམ་བཞག་གསུངས་པ་རྣམས་ནི། མྱེ་འོ་གྱི་མདོན་པ་ཡིན་སྟེ།
མདོན་པ་མཛོད་དང་ཀུན་བདུས་སོགས་ལས་གསུངས་པ་དང་མཚུངས་པའི་མྱེར།
༡ བྱེད་པོ་མདོན་པ།

རི་ལྟར་མྱེ་བཞིན་ནང་ན་གནས། །
ཅ་དང་ལུས་དབྱིབས་འཇིག་རྟེན་ལ། །
རྒྱང་གིས་རག་དུས་ཡི་གེ་བསྐྱེད། །
ཐིག་ལེ་གཟུང་དང་རྒྱ་སྐར་དང་། །
རྒྱ་པོ་མེ་སོགས་ངེས་པ་བསྟན། །
རི་ལྟར་མིག་བཅུ་མས་གཟུགས་མི་མཐོང་། །
སྟེ་བས་སྒྲུང་བར་འབྱུར་བ་དང་། །
བཅོམ་ན་ཟླ་བ་གཉིས་མཐོང་ལྟར། །

རྟེན་གྱི་གནད་འཆིང་མ་ཤེས་པས། །
 དབང་བྱེད་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་མིན། །
 རྟེན་བཅིངས་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་། །
 བྱི་རོལ་མེད་ཀྱང་གཞན་སྤང་ལ། །
 ཀྱན་བརྟགས་ལྟ་དང་དགྱིལ་ལའོར་སྟོན། །
 དེ་ཕྱིར་ནང་དོན་མངོན་པ་ཡིན། །

ཇི་ལྟར་སྤར་བཤད་པའི་ཕྱིའི་མངོན་པ་ཇི་བཞིན་ནང་དོ་རྗེའི་ལུས་ལའང་དེ་
 བཞིན་གནས་པ་སྟེ། རང་གི་ཚ་དང་ ལུས་གྱི་དབྱིབས་ལ་སོགས་པས་བྱི་རོལ་
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོད་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་སྦྱེད་ལ། རང་གི་རྒྱུད་གིས་དག་ཐམས་
 ཅད་དང་། རུས་སྦྱོར་དང་། ཡི་གེ་ལ་སོགས་པ་བསྦྱེད་ཅིང་། ཐིག་ལེས་གཟུང་
 དང་རྒྱ་སྤར་དང་། ཁམས་འབབས་པ་རྒྱ་ལོ་དང་། མེ་དྲོད་ནི་བྱི་རོལ་གྱི་མེ་ལ་
 སོགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་ལམ་རྒྱ་
 འཇུག་པར་འདོད་པ་དག་གིས། རང་གི་ཐབས་མཁས་པའི་བྱེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་
 བ་ནི། ཇི་ལྟར་མིག་བརྩམས་ན་གཞུགས་མི་མཐོང་བ་དང་། མིག་བྱེ་བས་ལྷ་བ་ལ་
 སོགས་པའི་གཞུགས་སྤང་བར་འགྱུར་བ་དང་། མིག་བཅོར་ན་ལྷ་བ་གཉིས་སུ་
 མཐོང་བ་ལྟར། རྟེན་ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་གནད་འཆིངས་མ་ཤེས་པས་སྲིད་ཞི་
 དབྱེར་མེད་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་མི་རུས་པ་དང་། རྟེན་དེ་དག་གི་
 གནད་ཤེས་ནས་བཅིངས་པས། རྟགས་བརྩམས་མཚོན་པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོགས་
 པའི་ཡོན་ཏན་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་རྒྱ་མཐོང་བར་རུས་པ་
 སྟེ། དཔེར་ན་མིག་བརྩམས་པ་དང་བྱེ་བའི་བྱེད་པར་ལྟ་བུའོ། །བསྦྱེད་རིམ་ཡན་
 ལག་དང་བཅས་པའི་དོན་ཡང་། སེམས་ལས་གཞན་པ་བྱི་རོལ་ན་གྲུབ་པ་མེད་
 ཀྱང་། གདུལ་བྱ་གཞན་གྱི་སྤང་བ་ལ་དབང་འབྱོར་བའི་སྒྲུལ་པ་རྒྱ་མ་སྟོོ་བར་རུས་
 པའི་ཕྱིར། ཀྱན་བརྟགས་གྱི་ལྟ་དང་དགྱིལ་ལའོར་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་ནི། མིག་
 བཅོར་བས་ལྷ་བ་གཉིས་མཐོང་བ་ལྟར་བྱ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པར་མེད་བཞིན་རྒྱ་སྤང་
 བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་ཕྱིར་ན་སྟགས་གཞུང་ཐམས་ཅད་ནང་གི་མངོན་

པར་ཡིན་པར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས། མདོ་སྡེའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།

གཞན་བཤད་ལྟ་དང་དགྲིལ་འཁོར་ཡང་། །

ས་དང་ལམ་དང་པ་རོལ་སྟེན། །

གཟུངས་དང་སྒྲགས་བཅས་བྱང་ཆུབ་སྟོགས། །

ཟད་པར་ཐེལ་གཞོན་ལ་སོགས་པ། །

བསྐྱབ་སྟེན་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྟེན། །

མདོ་དང་པ་རོལ་སྟེན་པར་བརྟེན། །

དེ་ཡང་ས་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་མདོ་སྡེ་ལས་གསུང་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་གཞན་སྐྱེད་རིམ་རྩ་བཤད་པའི་ལྟ་དང་། དགྲིལ་འཁོར་ལ་སོགས་པ་ཡང་ནང་གི་གནས་ལ་སོགས་པ་ས་བཅུ་དང་། ལམ་ལྔ་དང་། པ་རོལ་རྩ་སྟེན་པ་བཅུ་དང་། གཟུངས་སྒྲགས་དང་། གསང་སྒྲགས་དང་། རིགས་སྒྲགས་ལྟ་དང་བཅས་པ་དང་། ལམ་གྱི་རིམ་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སྟོགས་གྱི་ཆོས་སྤྲུལ་ཅུ་ཙུ་བརྟན་དང་། བསྐྱེད་རྟོགས་གྱི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཟད་པར་ཐེལ་གཞོན་ལ་སོགས་པས། རང་བཞིན་གྱི་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་འབྲེལ་པའི་སྟེན། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྩ་མ་སྟེན་པར་བྱེད་ལ། དེའི་སྟེན་ན་སྒྲགས་གྱི་ཐེག་པ་འདི་ནི་ནང་གི་མདོ་སྡེ་དང་པ་རོལ་རྩ་སྟེན་པ་ཡིན་པར་བརྟེན་དོ། །

གསུམ། འདུལ་བའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཚུལ།

སྟེ་རོལ་ལྷས་ངག་བསྟུང་སྟོམ་དང་། །

རང་བཞིན་བཅས་ལྟན་འདུལ་བ་ནི། །

ནང་རྩ་རང་དང་གཞན་དོན་ལ། །

མ་ཚོངས་ཐབས་མཁས་ཁྱད་པར་གྱིས། །

ཉོན་མོངས་ཡེ་ཤེས་སྦྱར་བྱེད་པ། །

དེ་སྟེན་ནང་གི་འདུལ་བར་གསུངས། །

དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལས་གསུང་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རོལ་གྱི་ལུས་ངག་གི་བསྟུང་སྟོམ་
 དང་། རང་བཞིན་དང་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་བསྟུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་དང་
 ལྷན་པར་བྱེད་པའི་འདུལ་བ་ནི་སྤྱི་འདུལ་བ་ཡིན་ལ། རང་དུ་རང་གཞན་གྱི་
 དོན་ལ་མ་ཆོངས་པར་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ། སྟོན་པ་དང་འཁུག་པའི་བྱང་
 རྒྱལ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། སྟོམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་བྱང་པར་
 དང་བཅས་པ་ནམས་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོགས་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་
 སུ་བསྟུར་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་
 འཁོར་བའི་ཉེས་པ་ལས་སྦྱང་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ན། རྟགས་གྱི་ཐེག་པ་འདི་ནི་
 རང་གི་འདུལ་བར་གསུང་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་ལ། རྟགས་གྱི་རྒྱལ་དང་སྟུར་བའི་དཀོས་ལ།

འདུལ་མངོན་མདོ་སྟེ་སྤྱིར་ཤེས་པས། །

ཉན་རང་འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱེད་དེ། །

ཟབ་མོའི་མདོ་འདུལ་མངོན་པ་ནམས། །

སྟོད་བྱང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔར་འབྱར། །

ཐབས་མཁས་ནང་དོན་རྒྱས་པར་ཤེས། །

སངས་རྒྱས་སྟོང་པའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །

འབྲས་བུ་རྟོགས་པ་ལམ་བྱེད་པ། །

སྤྱི་མེད་སངས་རྒྱས་སྟུར་ཐོབ་བྱེད། །

དེ་ཡང་ཐེག་དམན་གྱི་འདུལ་བ་དང་། མདོ་སྟེ་དང་། མངོན་པའི་སྟེ་སྟོད་
 གསུམ་པོ་དེ་ནི་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྱི་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་ལ། དེའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་
 པས་ཐེག་པ་འོག་མ་ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ཤེས་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་བྱེད་
 དེ། སྤྱི་མེད་གྱི་བྱང་རྒྱལ་ནི་ཐོབ་ལུས་པ་མ་ཡིན། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཚུལ་
 དང་ལྷན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་དང་། འདུལ་བ། མངོན་པ་ནམས་གྱི་དོན་
 ཤེས་ཅིང་། དེའི་ཚུལ་ལ་སྟོད་པར་བྱེད་པ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔར་འཡིན་ཏེ། ལུས་
 གངས་མེད་གསུམ་གྱི་མཐར་འཇུག་རྒྱས་པར་བྱེད་དོ། དེ་དག་ལས་ལྷག་པ་རྟོ་རྟེ་

ཐེག་པའི་བྱང་ཆོས་ནི། ཐམས་མཁས་པའི་བྱང་པར་གཞུང་འདིའི་ནང་དུ་གསུང་
པ་ལྟ་བུའི་ནང་གི་དོན་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱིང་པའི་
ཚུལ་བྱིན་ཅིན་མ་ལོག་པར་རྟོགས་ནས། འབྲས་བུའི་རྟོགས་པ་ལམ་དུ་བྱེད་པ་ནི།
སྤྱི་མེད་སངས་རྒྱས་ལྟར་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་བཞི་ལ། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་རྟོགས་བཟུང་།

གཅིག །གཞི་དུས་སུ་བསྐྱེདས་པའི་རྟོགས་
ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་ཏེ། །
དེ་སྤྱིབ་འབྲུལ་རྟོག་གཞུང་འདིན་གྱི། །
ཤེས་པ་སྒོ་བྱར་བར་སྐྱེས་ནས། །
འདུ་བྱེད་མངོན་པར་འདུ་བྱས་ནས། །
ཡོད་པ་མ་མཐོང་མེད་པ་མཐོང་། །
རྣམ་རྟོག་འདམ་དུ་བྱིང་གྱུར་པས། །
བྱིས་པ་འཁོར་བའི་ནང་དུ་བྱིང་། །

དེ་ཡང་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་གྲང་། ཀྱན་
གཞིའི་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་རང་ངོ་མ་ཤེས་ཏེ། ཉོན་ཡིད་གཡོ་བས་གཞུང་འདིན་
དུ་འབྲུལ་པའི་དྲི་མ་དེས། རང་རིག་ཡེ་ཤེས་དེ་སྤྱིབ་ནས་འབྲུལ་པའི་རྟོག་པ་བྱང་
པས། གཞུང་འདིན་གྱི་ཤེས་པ་སྒོ་བྱར་བ་སྐྱེས་ནས་ཆགས་སྤང་ཚོངས་གསུམ་དུ་
ལོངས་ཏེ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱས་ནས། ཡང་དག་པའི་གནས་
ལྷགས་གདོད་མ་ནས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་མ་མཐོང་ཞིང་། སྤྱིན་རྒྱུ་ལ་རྒྱར་
འབྲུལ་པ་ལྟར་དོན་ལ་མེད་བཞིན་དུ་སྤྱང་བའི་གཞུང་འདིན་གཉིས་སུ་མཐོང་སྟེ།
རྣམ་པར་རྟོག་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་པར་གྱུར་པས་ན། བྱིས་པ་རྣམས་འཁོར་བའི་
ནང་དུ་བྱིང་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན།

གཉིས། ལམ་དུས་སུ་སྤྱང་བའི་རྟོགས་
བྱི་ནང་གཞན་གསུམ་ཡེ་ཤེས་སུ། །

རྟོགས་པ་སངས་རྒྱས་རང་བཞིན་ཏེ། །
 ཀུན་རྫོབ་གཉིས་སུ་སྤང་བ་རྣམས། །
 རྩ་ཟླ་ལྟ་བུར་དོན་དུ་གཟིགས། །
 དོན་དམ་སྟོང་ཉིད་བཙུང་པོ། །
 དབྱེར་མེད་གཅིག་དུ་བདེན་གཟིགས་པས། །

གཟུང་འཛིན་གྱི་འབྲུལ་པ་དང་བྲལ་ན། སྤྱི་ནང་གཞན་གསུམ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་
 པོའི་དབྱིངས་སུ་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་འཆར་ཏེ།
 ཀུན་རྫོབ་དུ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་རྣམས། རྩ་ཟླ་ལྟ་བུར་དོན་དུ་མེད་
 བཞིན་སྤང་བ་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་ཡིན་པར་གཟིགས་ཤིང་། དོན་དམ་བདེན་
 པ་སྟོང་ཉིད་བཙུང་པོ་རྣམས་དབྱེར་མེད་གཅིག་དུ་བདེན་པར་གཟིགས་པས་
 འབྲས་བུ་མདོན་སུམ་མཁྱེན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་མདོན་སུམ་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ། འབྲས་དུས་སུ་དག་པའི་རྩྱལ།
 ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ། རྟོམས་འཆུག་གི། །
 སྒྲིབ་གསུམ་དང་བྲལ་རང་རིག་ཉིད། །
 ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཡེ་ཤེས་གསུངས། །

དེ་ཡང་གོང་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་རྟོབས་
 གྱིས། ཉོན་མོངས་དང་། ཤེས་བྱ། རྟོམས་འཆུག་གི་སྒྲིབ་པ་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་
 རང་རིག་དེ་ནི། ཇི་ལྟ་མཁྱེན་པ་དང་ཇི་སྟེད་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པར་
 རྒྱལ་བས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་ལྔ་བ། བསྟན་བཙུག་འདི་གང་ལས་རྟེན་པ།

གཅིག །ཇི་ལྟར་བསྟན་པའི་རྩྱལ།
 དེ་བས་རྟོ་རྟེན་ཐེག་པ་བྱ། །
 གསུངས་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར། །
 འདི་ནི་ཐུགས་ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན། །

གོང་དུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན། རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་གཞུང་ནམས་སུ་
གསུང་པའི་ལུས་སེམས་ནང་གི། །གནས་ལུགས་རྣམ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།
གཞུང་འདིར། རྒྱུད་ཐེ་རྒྱ་མཚོའི་དགོངས་དོན་ནམས་སྤྱོད་ཅེས་བསྟན་ནས་
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས། དེའི་ཁུངས་བཞེད་པ།

རྒྱས་པར་བསྟན་པ་དཔག་མེད་ཀྱང་། །

རྒྱལ་སྤྱོད་ནམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི། །

རྒྱུད་འགྲེལ་ནམས་ལ་བཟུང་བར་གྱིས། །

སྒོ་ཤོས་རྒྱ་ཆེ་བ་དག་གིས་ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་
བ་ནི་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ས་ལ་བཞུགས་
པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ནམས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ་ནམས་སུ་གསལ་
བས་དེ་དག་བཟུང་བར་གྱིས་ཤིག །

གསུམ། རང་བཟོ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ།

དེ་ནམས་ཀྱན་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ། །

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་བཤད་པ། །

འདི་ནི་རང་བཟོ་མ་ཡི་རྟེ། །

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བཙུག་ལྟར་འདས། །

རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཁོ་ན་གྱིས། །

གསང་བའི་བདག་པོ་མཁས་ནམས་ཀྱི། །

རྣམ་འགྲེལ་མཐུ་ལ་རབ་བརྟེན་ནས། །

རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ནང་གི་དོན། །

ཕྱི་ནི་མ་ལོག་རྟེན་པ་ཡིན། །

རྒྱུད་འགྲེལ་ནམས་ཀྱན་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཙུག་ཟབ་མོ་ནང་
དོན་བཤད་པ་འདི་ནི་རང་བཟོ་མ་ཡིན་རྟེ། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བཙུག་

ལྷན་འདས་གྱིས་གསུང་པ་ཁོ་ན་གྱིས་པ་ཡིན་ལ། ཁོ་ན་རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་
 རྒྱུད་རྣམས་མཐའ་རྒྱག་ལ་སོགས་པའི་དབུས་སུ་རྒྱུད་པས་ཤིན་ཏུ་གོ་དགའ་བ་མ་
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱང་། གསང་བའི་བདག་པོ་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་རྒྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག །ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་འགྲེལ་
 དང་། འཕགས་པ་སྐུ་བསྐྱབ་ཡབ་སྲས་ལ་སོགས་པའི་མཁས་ཅིང་གྲུབ་པ་བརྟེན་
 པ་རྣམས་དང་། གངས་རིའི་ལྗོངས་འདིར་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཟིགས་
 པའི་སྤྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་མཐུ་ལ་རབ་ཏུ་བརྟེན་ནས། སློ་གྲོས་
 ཀྱི་མིག་གིས་མཐོང་བ་ལས། རོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ནང་གི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་ཕྱིན་
 ཅི་མ་ལོག་པ་ཁོ་པོ་ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་རྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་རྒྱག་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ལ་བསྟོན་ལ།

གཅིག །བསྟོན་ལ།

རྒྱལ་བ་ནམ་མཁའི་སྐུ་ཅན་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས། །
 སྤྱགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ཀྱན་ཏུ་གཟུགས་སྐུ་འཁོར་བ་རི་སྤྱིད་སྟོན། །
 ལྷ་ཡི་ར་སྐུ་ལྟ་བུའི་གསུང་ནི་འདུ་མི་མཛད་པར་ཡང་། །
 རྣམ་མཁའི་ཁམས་མཉམ་འབད་མེད་འགོ་བ་ཀྱན་གྱིས་ཐོས་པར་མཛད། །
 ཐུགས་ནི་ཡིད་བཞིན་ནོར་ལྟར་འབད་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །
 སློས་པ་མི་མངའ་སློས་ལྷན་རྣམས་ལ་ཡིད་བཞིན་རེ་བ་སྟོང་། །
 སེམས་ཅན་ཉོན་མོངས་ལྷན་ཅིག་འཆུག་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་གོས་པ་མེད། །
 དེ་ཕྱིར་རང་བྱུང་རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ལ་བདག་ནི་གུས་པས་ལྷག་འཆོལ་ལོ། །
 བརྩམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བསྟུགས་པ་ནི།
 གང་གིས་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་སྤྲ་ན་མེད་པ་བསྐྱབ་ཅིང་། མཐར་སོན་པའི་སངས་རྒྱས་ནི།
 བདུད་བཞི་དང་། མ་རྟོགས། ལོག་རྟོགས། སྤྱགས་རྟོགས་སོགས་མི་མཐུན་པ་
 དང་། བས་ཀྱི་རྟོལ་བ་ཀྱན་ལས་རྣམ་པ་རྒྱལ་བས་ན་རྒྱལ་བ། འདུས་མ་བྱས་
 ཞིང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པས་ནམ་མཁའི་སྐུ་ཅན་ཏེ་དེའི་རོ་པོ་ནི། སེམས་ཀྱན་གཞིའི་

ཆམ་པར་ཤེས་པ་འགག་ཅིང་རང་བཞིན་དག་པ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་། འགག་པ་མེད་པ་ནི་བ་ཆེན་པོ་མཐར་མོན་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་མངོན་སུམ་མཛད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་མ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཤེས་བྱ་རི་ལྟ་དང་རི་སྟེང་པ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བཞི་པོ་བཅས་ལ། རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས་དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་སྐྱ་ཡང་གསུངས་པས་ན། འདིར་དཔེ་དང་སྒྲུར་ནས་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ནི། སྤྱགས་བརྩའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱང་རུ། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་རི་སྟེང་པ་སྟོན་ནས་འཁོར་བ་མ་སྟོང་གི་བར་རི་སྟེང་རྒྱན་མི་ཆད་པར་བཞུགས་པར་སྟོན་ནོ། །དེ་ནི་སྐྱའི་གསང་བ་ཡིན། འདིར་གསང་བ་ཞེས་པ་དམིགས་གསལ་གྱི་གནད་འགག་ཆེ་བའི་དོན་ཡིན།

དེ་བཞིན་རུ་གསུང་ཡང་ལྟ་ཡི་རོ་པོ་ཆེའི་སྐྱ་ལྟ་བུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཉོན་མོངས་པ་དང་སྤྱག་བསལ་ལས་བསྐྱབ་ཅིང་། སྤོས་པས་དགའ་བདེ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་གསུང་ངག་ནི་འབད་སྟོལ་གྱི་འདུ་བ་མི་མཛད་པར་ཡང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་དང་མཉམ་པར་འབད་པ་མེད་བཞིན་རུ་འགོ་བ་ཀྱང་གྱིས་སྤོས་པར་མཛད་པའོ། །དེ་ནི་གསུང་གི་གསང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་རུ་སྤྱགས་ནི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དྲི་མ་དང་བུལ་བ་ལྟར་འབད་ཚེ་ལ་གང་ཡང་མེད་པར། སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་བྱ་བ་ཀྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྟན་ཅིག་རུ། སྟོས་པའི་མཚན་མ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་མངའ་བཞིན་རུ་སྟོས་པ་དང་ལྟན་པའི་རིམ་པ་སོ་སོའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ། སོ་སོའི་ཡིད་བཞིན་རུ་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བར་མཛད་དོ། །དེ་ནི་སྤྱགས་ཀྱི་གསང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་གསུངས་སྤྱགས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པར་དེ་རྣམས། སེམས་ཅན་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་རུ། འཁོར་བ་རི་སྟེང་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག །འཁོར་བའི་འདམ་གྱི་གོང་ན་འཇུག་ཀྱང་། འཁོར་བའི་ཉེས་པའི་སྟོན་གྱིས། བཅོམ་ལྟན་འདས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གསུངས་སྤྱགས་ཡེ་ཤེས་ལ་ཉེས་པའི་ཆོགས་གྱིས། ཅུང་ཟད་ཀྱང་གོས་པ་མེད་པར་བཞུགས་པ་འདི་ལ་ངེས་

ཤེས་སྒྲིམ་པས། དེའི་ཕྱིར་ན་རང་བྱུང་རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ལ་བདག་ནི་གུས་པས་སྤྱད་
འཛུལ་ལོ། ཞེས་སྒྲོས་སོ།

གཉིས། བསྟོན་པ།

ཟབ་མོ་ནང་དོན་བཤད་པ་ལས། །
དགེ་བའི་མཐུ་ཡང་ཅི་ཡོད་པས། །
ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན། །
ཡེ་ཤེས་སྤྱི་ཉིད་ཐོབ་པར་ཤོག །

རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་འདི་ཉིད་
བཤད་ལ། དགེ་བའི་མཐུ་ཡང་ཅི་ཡོད་པ་དེས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་
བ་ཀུན་གྱིས་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱི་ཉིད་ཐོབ་པར་
ཤོག་ཅིག །ཅེས་སོ།

གསུམ། བཟོད་གསེལ།

ཅུང་ཟད་འགལ་བར་གྱུར་གྱིད་ན། །
མཁའ་འགྲོའི་ཚྭ་གས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛོད། །

འདི་ནི་སྤྱོད་པ་ཞེན་ཆགས་སྤང་དང་། རང་བཟོའི་སྒྲོ་ཡིས་མ་ལྟར་པར་རྒྱུད་
འགྲེལ་ནམས་ཀྱི་དོན་རི་ལྟར་བར་བཤད་ཡོད་མོད་ཀྱང་། ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་
འགལ་བར་གྱུར་པའི་ཆ་སྤྱིད་ན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མའི་ཚྭ་གས་ཀྱིས་བཟོད་
པ་མཛོད་ཅིག ཅེས་གསུངས་སོ། །

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ནམ་པར་བཤད་པ་རྒྱུད་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་བྱུང་བ་དུམ་བུ་བཅུ་གཅིག་པ། རང་བྱུང་དོན་རྗེའི་མིང་ཅན་གྱིས་ལྷ་
ན་མེད་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ་རི་ལྟར་བར་ནང་གི་དོན་ཤེས་པར་འདོད་པ་ནམས་ཀྱི་དོན་
དུ་བསྟན་པའོ། །མཁའ་པར་རྫོམ་པ་དང་བསྐྱོམས་ནས་ཉམས་སྤྱོད་དང་། མདོན་
ཤེས་ཤར་བར་འདོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་། སྤྱོད་པ་རེ་ལས་མ་གོ་བར་འདུག་པས་
འདིར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། དཔེན་གནས་བདེ་ཆེན་སྤྱིར་དུ་བྱི་ལོ་ཟླ་བ་

བདུན་པ་ལ་མཛད་པའོ། །

ཞེས་པའི་བསྟན་བཅས་འདིའི་མཛད་བྱང་གཞན་ནམས་ནི་གོ་སྒྲ། དཔེན་གནས་
བདེ་ཆེན་སྤྱང་ཞེས་པ་ད་ལྟའི་མཚུར་སྤྱད་གོན་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། མཁས་པའི་དགའ་
སྟོན་ལས། གྱུ་བཞིར་བཞུགས་ཆོའམྲོ་དོན་གྱི་ལྟས་གཟིགས་ནས་མཚུར་སྤྱད་བདེ་
ཆེན་བཏབ་ཅེས་དང་། དེབ་སྟོན་ལས། མཚུར་སྤྱད་ཀྱངས་ན་བཞུགས་པའི་ཆོའམྲོ་
ནང་གི་གཟུང་སྒྲུབ་མཐུན་པར་གཟིགས་པས་ཅིས་གྱི་བསྟན་བཅས་མཛད་། དེ་ནས་
ཡང་བདེ་ཆེན་སྤྱངས་གྱི་དགོན་པ་བཏབ་། དེར་དག་སྤང་མང་རྒྱ་ཤར། ཁ་རག་
ཤར་གྱི་རི་ཁྲོད་སྤྱང་ཁྱང་ལ་སོགས་སུ་བྱོན་སར་ཡང་དག་སྤང་མང་རྒྱ་ཤར། སྤར་
ཡང་བདེ་ཆེན་སྤྱངས་སུ། བྱི་ནང་གི་རྟེན་འབྲེལ་དག་པར་གཟིགས་པས་ཟབ་མོ་
ནང་དོན་གྱི་བསྟན་བཅས་མཛད་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་མཚུར་སྤྱད་གོན་
པ་ཐོག་མར་འདེབས་པ་པོ་ཀམ་པ་རྒྱས་གསུམ་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཁེ་ན། དེ་དེ་
བཞིན་ཏེ། ཀམ་པ་རྒྱས་གསུམ་མཁྱེན་པས་ཐོག་མར་བཏབ་པའི་མཚུར་སྤྱད་གོན་
ནི་མཚུར་སྤྱད་ཀྱི་མ་གྱུ་བཞིའི་ལྟ་ཁང་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱི་ལོ་ཟླ་བ་བདུན་པ་ནི་
རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ཆུ་སྟེ་ལོ་༡༣༩༩ ལོར་ཡིན་པ་གཏན་འཁེལ་ཏེ། དེ་ནི་ས་རྩ་ལོར་
ཅིས་ཀྱན་བཟུས་པ་བཙུམས་ནས་ལོ་དོ་ལྔ་པ་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཅིས་ཀྱན་བཟུས་
པ་བཙུམས་པའི་རྗེས་སུ་བསྟན་བཅས་འདི་ཉིད་བཙུམས་ཡོད་པ་ནི་གཞུང་འདི་
རང་རྒྱ་གསལ། དེའི་རྗེས་གྱི་ཁྱི་ལོ་ནི་སྟེ་ལོ་༡༣༩༩ ལོ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱས་དེར་ཀམ་པ་
རྟོར་ཡུལ་རྒྱ་ཐེབས་ནས་བྱིར་བོད་རྒྱ་ལོག་པའི་ལོ་དེ་ཡིན་པས་བསྟན་བཅས་ཚུམ་
པའི་ལོང་ཁོམ་མི་སྟོན་པའི་བྱིར་དང་། རྟོར་ཡུལ་རྒྱ་མ་ཐེབས་པའི་གོང་རྒྱ་ཟབ་མོ་
ནང་དོན་བཙུམས་ཡོད་པ་དེབ་སྟོན་ན་གསལ་བར་གོང་རྒྱ་བཞོད་པ་བཞིན་ནོ། །

སྐྱུ་གསུམ་རོ་བོ་རང་གི་གཤིས་ལ་ཚླགས། །
 འགག་མེད་བདེ་ཆེན་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་གཟུགས། །
 འོད་གསལ་སྒྲིང་བས་འཁོར་འདས་ལམ་གྱི་ཚོས། །
 བདེ་སྟོང་དབྱིངས་ནས་རོ་གཅིག་རྟོགས་འདི་མཚར། །

མི་གཙང་རྩས་གྱི་ཤ་ཁྲག་སྤང་པོ་འདིར། །
 དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་ནང་དུ་ཚླགས་ཞེས་རྒྱན། །
 བདེན་ན་གནས་སྐབས་བཞི་པོའི་སྒྲིང་བ་ལ། །
 དུག་ལཱའི་རྟོག་པ་འབྲལ་མེད་ཅི་ཕྱིར་རྒྱ། །

སངས་རྒྱས་སྐྱུ་དངོས་ཐིག་ལེའི་རང་གཤིས་དང་། །
 བདེ་ཆེན་ཞིང་ནི་ཕྱག་རྒྱའི་པདྨ་ཉིད། །
 ཟུང་དུ་འཇུག་པ་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་ཞེས། །
 མི་སྤྱེད་དད་པས་མཚོག་དམན་ཀུན་གྱིས་བསྟོད། །

གྲགས་པའི་ཕྱིར་དང་འགན་པའི་ཀུན་སྟོང་གིས། །
 རྣམ་དཀར་མཚོད་སྦྱོན་ངན་སང་རྒྱ་སྤྱིད་ཅིང་། །
 ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་ན་གཉིས་སྦྱོར་དགའ་སྟོན་ཡང་། །
 ཚོས་སྦྱའི་རྒྱལ་སར་བསྟེགས་པའི་ཉེ་རྒྱ་དངོས། །

དྲངས་མ་རྒྱག་ལྡན་རྟོ་རྩེའི་ལུས་གྱི་ཅར། །
 འབྱུང་བ་ལྷ་ལྡན་རྒྱུང་གིས་སྦྱོང་ཚོལ་གྱིས། །
 བག་ཆགས་བཞི་ལྡན་དྲི་མ་ཀུན་བཀྲས་ན། །
 སྐྱུ་གསུམ་དག་པའི་ཐིག་ལེའི་རང་ལལ་མདོན། །

ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་གནད། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་གདམས་ངག་འདི་རྟོགས་ན། །
 རྟེ་མེད་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་ལ། །
 བསྐྱལ་མང་བསགས་པའི་ཚླགས་དེ་ངལ་བའི་རྒྱ། །

གདམས་ངག་བརྒྱད་པའི་གསེར་ཕྱེང་མ་ཆད་ཅིང་། །
 ཕྱིན་བརྒྱབ་གནད་གྱི་ཁ་རྒྱངས་མ་ཡལ་བ། །
 མན་ངག་ན་བར་བརྒྱད་པའི་ཞལ་ལུང་འདི། །
 དམ་ལྷན་མཆེད་གྲོགས་ཚླགས་ལ་སྐྱེས་སུ་འབུལ། །

འདི་ལ་འགལ་དང་ནོངས་པ་གང་མཆིས་པ། །
 ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཚླགས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛོད། །
 རྣམ་དཀར་འབྲས་བུའི་ཆ་ཅམ་སྤྲིད་ན་ཡང་། །
 མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བའི་དཔལ་ཏུ་བསྟོ། །

ཞེས་ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལུས་སེམས་རྣམ་པར་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་
 བློ། ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་གྲོང་འདབས་སུ་སྐྱེས་ཤིང་མི་ཆེ་གྱི་ནར་འབྲལ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་
 སྤུང་བཏུན་སུན་ཚླགས་ཞེས་འཛོད་པ་དེས། རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་ན་ཉེ་སྤྱི་ལོ་༡༠༠༩
 ལོའི་རྒྱ་བ་༡ པའི་ཆེས་༦ ཉིན་རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གྲོང་གི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་
 རང་ཤག་ཏུ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱས་པར་དགེ་བ་གང་མཆིས་མར་གྱུར་སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་འཁྱུར་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དཔལ་ལ་རྟོལ་བའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག །

༤ དགའ་བཞིའི་མཚན་གཞི། དགའ་བའི་བདེ་བ་རྒྱུར་ཟད་དེ། །མཚན་ཏུ་
 དགའ་བ་དེ་ལས་ལྷག་། དགའ་བྱལ་དགའ་བ་ཆགས་བྱལ་ཡིན། །ལྷག་མ་ལྷན་སྐྱེས་
 དགའ་བ་ཉིད། །དང་པོ་རིག་པར་འདོད་པ་དང་། །གཉིས་པ་བདེ་བར་འདོད་པ་
 དང་། །གསུམ་པ་འདོད་ཆགས་འཇིག་པ་ཉིད། །དེས་ན་བཞི་པ་བསྐྱེས་པར་བྱ།
 ཞེས་བརྟག་གཉིས་ལས་སོ། ཡ དགའ་བཞིའི་རོ་སོ། རྣམ་འགྱུར་པ་གང་གིས་
 དགའ་བའི་རིམ་པ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་དུས། དང་པོ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་སྐད་
 ཅིག་མ་ལ་འཆར་བ་ནི་དགའ་བ་ཙམ་ལས་ཁྱད་པར་གྱི་ཚོས་གཞན་མེད་པ་ཉིད་
 དེ། བདེ་བ་རྒྱུར་ཞིང་ཆགས་པས་རིག་པ་སོགས་འདོད་པས་སོ། །གཉིས་པའི་

གངས་ཅན་རྣམ་པ་སྤྲིན་པའི་སྐད་ཅིག་མ་ལ་འཆར་བ་ནི། མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་
 ཉིད་དེ་བདེ་བ་ཆེ་ཞིང་ལྷག་པར་བདེ་བ་འདོད་པས་སོ། །གསུམ་པ་རྣམ་པར་ཉིད་
 པའི་སྐད་ཅིག་མ་ལ་འཆར་བ་ནི། དགའ་བྲལ་གྱི་དགའ་བར་བཤད་དེ། བདེ་བས་
 ཆོམས་ནས་སྤྲར་བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བས་སོ། །བཞི་པ་མཚན་
 ཉིད་དང་བྲལ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་ལ་འཆར་བ་ཁོ་ན་རྟོག་མེད་ལྟར་ཅིག་སྐྱེས་པའི་
 དགའ་བར་བཟོད་དེ། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་སྟོང་རོ་མཉམ་པས་སོ། །ཞེས་
 བརྟག་གཉིས་འགྲེལ་པ་གཞོམ་མེད་རྟོ་རྒྱུ་གསང་བ་འབྱེད་པ་ལས་གསུངས།
 ༤ དགའ་བ་བཞི་པོའི་དཔེའི་བྱད་པར་ནི། དགའ་བ་དང་པོ་དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་ཉིད་
 དེ། རྟོག་པ་རགས་ཤིང་བདེ་བ་རྒྱུད་བས་སོ། །གཉིས་པ་མཚོག་དགའ་ནི་རྣལ་
 འབྱོར་མ་ལྟ་བུ་སྟེ། རྟོག་པ་སྤྲ་ཞིང་བདེ་བ་ཆེ་བས་སོ། །གསུམ་པ་ཤིན་ཏུ་བདེ་
 བའམ་དགའ་བྲལ་ནི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དེས་པ་སྟེ། རྟོག་པ་སྤྲ་རགས་སྤངས་
 ཤིང་བདེ་བས་རྒྱུད་གང་བས་སོ། །བཞི་པ་ལྟར་སྐྱེས་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་སྐྱེད་པ་
 འི་ཐབས་ལས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་ཤིང་རིག་པ་སྟེ། རྟོག་པ་མཐའ་དག་དང་
 བྲལ་བའི་བདེ་ཆེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་བརྟག་གཉིས་འགྲེལ་པ་གཞོམ་
 མེད་རྟོ་རྒྱུ་གསང་བ་འབྱེད་པ་ལས་གསུངས།
 ༥ དགའ་བ་བཞི་པོའི་ཉམས་སྟོང་གི་བྱད་པར་ནི། དང་པོ་དགའ་བའི་བདེ་བ་
 ནི་མཚོག་དགའ་ལ་ལྟོས་ཏེ་བདེ་བ་རྒྱུད་བས་ན་རྒྱུད་ཟད་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་
 དགའ་བ་དང་པོ་ལས། ཆེས་ལྷག་པའི་བདེ་བ་དང་ལྟར་པས་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་
 དེ་བས་ལྷག་པ་དང་། གསུམ་པ་དགའ་བྲལ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་དབང་
 པོའི་འཛིན་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བའི་
 ཡུལ་ཏུ་དམིགས་པ་ནི་དགའ་སྟེ། དེ་ཡང་དགའ་བ་དང་བདེ་བར་འཛིན་པ་དང་
 བྲལ་བའི་ཤེས་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རང་བཞིན། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་མ་ཐོགས་
 པས་བྲལ་བའང་དེ་ཡིན་ལ། མ་ཆགས་པ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་ཆགས་བྲལ་ཡིན་ནོ། །
 བཞི་པ་ནི་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་འདས་པའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པ་རྟོ་རྒྱུ་ལས་
 འཕོ་བ་མེད་པ་རྣམ་པ་མི་རྟོག་པའི་ལྟར་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་བརྟག་གཉིས་འགྲེལ་པ་གཞོམ་མེད་རྩི་རྒྱུ་ལས་པ་འབྱེད་པ་ལས་གསུངས།
 ༥ དགའ་བ་བཞི་པོའི་རྟོགས་པའི་བྱུང་པར་ནི། དང་པོ་ལས་རྒྱ་མཐོང་པ་རྒྱ་ལ་རྩི་
 རྩི་རིག་པར་འདོད་ལས་ཉམས་སྲུ་མྱོང་བ་དགའ་བ་དང་། གཉིས་པ་དབང་པོ་
 མཉམ་པར་སྐྱར་བས། བདེ་བར་ལྷག་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ།
 གསུམ་པ་བདེ་བས་རྒྱུད་གང་ནས་དེ་བས་ལྷག་པའི་བདེ་བ་སྐྱར་ཐོབ་འདོད་དང་
 བྲལ་བས་དགའ་བྲལ་འདོད་ཆགས་འཇིག་ཅིང་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་པས། དེས་ན་
 དགའ་བ་སྐྱེ་མ་གཉིས་ཁྱེན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དང་། གསུམ་པ་ནི་ཉམས་ཤིང་འཇིག་པའི་
 རྩྱགས་ཀྱི་སྐྱོན་དང་བཅས་པར་རྟོགས་ཏེ། མཐའ་དེ་གཉིས་སྤངས་པའི་དགའ་བ་
 བཞི་པ་ལྷན་སྐྱེས་ཁོ་ན་བསྐྱེམ་པར་བྱའོ། ཞེས་བརྟག་གཉིས་འགྲེལ་པ་གཞོམ་མེད་
 རྩི་རྒྱུ་ལས་པ་འབྱེད་པ་ལས་གསུངས།

༦ དགའ་བཞི་བསྐྱེད་ཚུལ། ལྟོ་འོག་སོར་བཞིར་ཚས་འབྱུང་གནས། །དོན་ཏུ་
 གཏུམ་མོ་རྒྱ་ཁབ་ཅམ། །དམར་གསལ་གྱེན་ཏུ་འབར་བ་ཡི། །ཉོ་མགོ་ཐུར་ལ་
 བཏྲན་པ་དེ། །འོད་ཏུ་ཉམས་ཀྱིས་བཞུས་ནས་ཀྱང་། །བྱང་སེམས་ཐིག་ལེ་བཅུ་
 ཏུག་འཇག་ །དེ་ལ་བདེ་ཆེན་སྐྱེས་ཚུལ་ནི། །ཁྲད་དཀྱིལ་བབས་པས་དགའ་བ་
 སྐྱེས། །དེ་བྱེད་མགྱིན་པར་བརྒྱུད་འཇག་པས། །དེ་ཡིས་བདེ་བ་མཚོག་དགའ་
 སྐྱེས། །དེ་བྱེད་སྤྱིང་ཁར་བཞི་འཇག་པས། །དགའ་བྲལ་བདེ་སྤྱོད་དགའ་བ་སྐྱེས། །
 དེ་བྱེད་ལྟེ་བར་གཉིས་འཇག་པས། །ལུས་མེད་མཉམ་པའི་དགའ་བ་སྐྱེས། །བདེ་
 སྤྱོད་དབྱེར་མེད་བདེ་བའི་མཚོག་ །ལྷན་སྐྱེས་ཡི་ཤེས་དགའ་བ་སྐྱེས། ཞེས་གསང་
 འདུས་ལས་གསུངས།

༧ དབང་བཞིས་དགའ་བཞི་བསྐྱེད་ཚུལ། བུམ་དབང་གིས་དགའ་བ་བསྐྱེད།
 གསང་དབང་གིས་མཚོག་དགའ་བསྐྱེད། ཤེར་དབང་གིས་དགའ་བྲལ་བདེ་སྤྱོད་
 དགའ་བ་བསྐྱེད། དབང་བཞི་པའམ་ཚོག་དབང་གིས་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་
 བ་བསྐྱེད། ཞེས་སྤྱོད་ཐུན་ལས་གསུངས།

༨ དགའ་བ་བཞིའི་བྱེད་ལས། དགའ་བས་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤྱོད། རྒྱ་རྩི་རྩི་ས་
 ཐོན་འདེབས། མཚོག་དགས་ངག་གི་དྲི་མ་སྤྱོད། ངག་རྩི་རྩི་ས་ཐོན་འདེབས།

དགའ་བཤམ་ལམ་ཁྱད་དགའ་ཡིས་སྤྱགས་གྱི་དྲི་མ་སྦྱོར་། སྤྱགས་རྩི་རྩེའི་ས་པོན་
འདེབས། ལྷན་སྦྲེས་དགའ་བས་ལམ་རྩས་ཡེ་ཤེས་གྱི་དྲི་མ་དག ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩེའི་
ས་པོན་འདེབས། སྦྱོར་སྤྱན་རབ་གསལ་ཉི་མའི་སྦྱིང་པོ་ལས་གསལ།

༡༢ དགའ་བཞིའི་རིམ་པ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་བརྒྱ་དྲུག དགའ་བའི་དགའ་བ།
དགའ་བའི་མཆོག་དགའ། དགའ་བའི་ཁྱད་དགའ། དགའ་བའི་ལྷན་སྦྲེས་བཅས་
བཞི། མཆོག་དགའི་དགའ་བ། མཆོག་དགའི་མཆོག་དགའ། མཆོག་དགའི་ཁྱད་
དགའ། མཆོག་དགའི་ལྷན་སྦྲེས་དགའ་བ་བཅས་བཞི། ཁྱད་དགའི་དགའ་བ།
ཁྱད་དགའི་མཆོག་དགའ། ཁྱད་དགའི་ཁྱད་དགའ། ཁྱད་དགའི་ལྷན་སྦྲེས་བཅས་
བཞི། ལྷན་སྦྲེས་གྱི་དགའ་བ། ལྷན་སྦྲེས་གྱི་མཆོག་དགའ། ལྷན་སྦྲེས་གྱི་ཁྱད་
དགའ། ལྷན་སྦྲེས་གྱི་ལྷན་སྦྲེས་བཅས་བསྐྱམས་པས་བརྒྱ་དྲུག ཞེས་བརྟག་གཉིས་
འགྲེལ་པ་གཞིམ་མེད་རྩི་རྩེའི་གསང་བ་འབྱེད་པ་ལས་གསུངས།

༡༣ དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་སྦྱོད་པའི་རིམ་པ། དེ་ཡང་སྤྱི་རོལ་དུ་ཟླ་བ་ལ་དཀར་
སྤྱགས་གྱི་ཆ་བཅོ་ལྔ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྒྱ་དྲུག་པ་གཅིག་དང་། བྱ་སྤྱགས་གྱི་
ཆ་བཅོ་ལྔ་དང་དེའི་མཐའི་ཆ་བརྒྱ་དྲུག་པ་སྟེ་སྤམ་བརྒྱ་ཅ་གཉིས་ཡོད་ལ། དཀར་
སྤྱགས་གྱི་ཆོས་གཅིག་ནས་ལྷའི་བར་སྤང་པོ་ལྔ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལྔ། ཆོས་དྲུག་
ནས་བརྒྱའི་བར་ཁམས་ལྔ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལྔ། བརྒྱ་ནས་བཅོ་ལྔའི་བར་
དབང་པོ་ལྔ་འགག་པའི་དགའ་བ་ལྔ། ཆ་བརྒྱ་དྲུག་པ་ནི་སྤང་ཁམས་སྦྱེ་མཆེད་གྱི་
ཆ་རྣམས་འགག་པའི་དགའ་བ་ཡིན། འདི་ལ་ཡས་འབབ་གྱི་དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་
ཉིད་ལ་ཅུ་ལྔ་སྦྱོར་བ་རྩིས་དུན་སྟོམ་ལམ། མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་
རྩིས་པ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་མ་སྟོབ་ལམ་ཡིན་པས། དེའི་ཆོ་དཀར་དམར་དག་
པའི་འབྲས་བུ་དཔེ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

༡༤ བྱ་སྤྱགས་དང་མཐུན་པའི་སྦྱིང་རྩི་བརྒྱ་དྲུག་ནི། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་
པའི་སྦྱིང་རྩི་ལྔ། ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྦྱིང་རྩི་ལྔ། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྦྱིང་རྩི་
ལྔ། ཆ་བརྒྱ་དྲུག་པ་ནི་སངས་རྒྱས་གྱི་སྦྱིང་རྩི་ཆེན་པོ་སྟེ། དེ་ལྟར་དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་
དང་སྦྱོར་ཉིད་བརྒྱ་དྲུག་ སྦྱིང་རྩི་བརྒྱ་དྲུག་རྣམས་དབྱེར་མེད་པ་ནི་མི་སྟོབ་པའི་

ལམ་འགྲུབ་པ་ཡིན།

༡༥ ལྷགས་འབྱུང་གི་དགའ་བ། གཏུམ་མོ་ལ་བརྟེན་ཅིང་སྤྱི་བོའི་དཀར་ཆ་ཏྱི་
ཡིག་གི་རྣམ་པ་ཅན་ནི་བདག་དང་སེམས་ཅན་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱིང་ཇིའི་རྟེན་ཡིན་
པས་དེ་ལས་བྱུང་བའི་དགའ་བ་ཞི་ནི་ལྷགས་འབྱུང་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན།

༡༦ ལྷགས་ལྷོག་གི་དགའ་བ། ལྷེ་བའི་གཏུམ་མོ་དམར་ཆ་ཨ་མུང་གི་རྣམ་པ་ནི་
བདག་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིང་ཇིའི་རྟེན་ཡིན་པས་དེ་
ལས་བྱུང་བའི་དགའ་བ་ཞི་ནི། ལྷགས་ལྷོག་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་
བཞག་པ་ལོ། །

༡༧ དགའ་བ་བརྒྱ་དྲུག་ནི། བརྒྱེད་རིམ་གྱི་དགའ་བ་བཞི། རྫོགས་རིམ་གྱི་
དགའ་བ་བཞི། ལམ་གྱི་དགའ་བ་བཞི། འབྲས་བུའི་དགའ་བ་བཞི། ཞེས་ཤེས་བྱ་
ཀྱན་བྱབ་ལས་སོ། །

༡༨ བརྒྱེད་རིམ་གྱི་དགའ་བ་བཞི། ལྷ་ཡབ་ཡུམ་ཞལ་སྤྱོར་བསྐྱེམ་པ་དགའ་བ།
དངོས་སམ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཐུག་རྒྱ་ལ་སྦྱེམས་འབྱུག་བྱེད་པ་མཆོག་དགའ། དེས་རྣམ་
རྟོག་སྤྱོད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ་དམིགས་པས་སྦྱོ་བསྐྱེད་པ་མཆོག་དགའ། སྦྱང་
པས་རྒྱས་ཐེབས་པ་ལྷན་སྦྲེས་དགའ་བ།

༡༩ རྫོགས་རིམ་གྱི་དགའ་བ་བཞི། འཁོར་ལོ་བཞི་ལ་སྦྱོས་པ་སོགས་གྲགས་ཆེ་བ་
བཞིན་ཏེ། ཕྱིའི་བདེའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་དགའ་བ། རྣང་གི་བདེ་བ་ནི་མཆོག་
དགའ། བདེ་བ་ལ་སེམས་ཟིན་པ་ནི་དགའ་བཤ། སྦྱང་པས་རྒྱས་ཐེབས་པའི་
མཆོན་ཉིད་ནི་ལྷན་སྦྲེས་གྱི་དགའ་བ།

༢༠ ལམ་གྱི་དགའ་བ་བཞི། ཕྱི་རོལ་ཡུལ་དུ་འཛིན་པར་རགས་པ་རྒྱབ་པའི་བདེ་
བ་ནི་དགའ་བ། རྣང་གི་ཡུལ་ལ་ཞེན་པ་རགས་པ་རྒྱབ་པའི་བདེ་བ་ནི་མཆོག་
དགའ། སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམས་འཛིན་པ་རགས་པ་རྒྱབ་པའི་བདེ་བ་ནི་བྱུང་
པར་གྱི་དགའ་བ། གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་རགས་པ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་རྒྱབ་
པས་རང་བཞིན་བརྒྱུད་ཅུའི་རྟོག་པ་མངོན་ཡུར་རྒྱབ་པ་ནི་བདེ་ཆེན་ལྷན་སྦྲེས་གྱི་
དགའ་བ་སྟེ། སྦྱོབས་ལུའི་ནང་གི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །བྱུང་པར་ཤིན་སྤངས་ཆ་

རྒྱུ་ཐིག་ལེའི་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་དབུ་མར་ཐིམ་ཞིང་། གནས་གྱིས་བཟུས་པའི་ཙ་
ཁམས་དྲངས་མ་གནས་འགྱུར་བའི་བདེ་བའོ། །

༡༧ འབྲས་བུའི་དགའ་བ་བཞི། ཉིང་ངེ་འཛིན་ནི་འབྲས་བུས་གྱི་དགའ་བ་བཞི་སྟེ།
རང་བཞིན་བརྒྱད་ཅུའི་རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་བཙམ་པའི་བདེའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ནི་
དགའ་བ། ཤེས་རབ་ནི་སྟོང་གཞི་ཡེ་ཤེས་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་བདེ་
བ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པས། རྣང་བ་རྣམ་བཙས་རྣམ་མཉམས་གང་ཅུང་ཏུ་
འཆར་བམཛོག་དགའ། སྟོན་ལམ་ཏུ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལས་ཡང་
དག་པའི་ལྟ་བ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྟེ་བྱད་དགའ། ཉིང་ངེ་འཛིན་
ནི་ཡུལ་ལྷག་མ་རྣམས་གྱི་ཙ་ཁམས་བདེ་བར་གནས་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་དང་སྟོང་
ཉིད་བྱང་འཇུག་གི་སྦྱ་ནི་ལྡན་སྦྱེས་དགའ་བའོ། ཞེས་པ་འདི་དག་ཤེས་བྱ་ཀུན་
བྱུང་ལས་སོ། །

༡༨ དབང་བཞིའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་དཔེ། ཐོག་མར་བུམ་དབང་ནི། སྟོབ་
དཔོན་གྱི་བུམ་པའི་དབང་བསྐྱར་བས་ཕྱང་ཁམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡབ་ཡུམ་
ཏུ་ཤེས་པའི་མཉམ་པ་སྐྱར་བ་ལས་བྱང་བའི་དགའ་བ་ཉིད་རྩོམ་གསུམ་རོ་གཅིག་
ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་དགྲིལ་སྟོན་པ་སྟེ་རྩལ་ཚོན་ལ་དགྲིལ་འཁོར་
མངོན་སུམ་ཏུ་མཐོང་ཞིང་། ལམ་ལ་བར་ཆད་མ་བྱུང་ན་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་ས་བརྒྱད་
པའི་བར་བཞུད་རྒྱས་པ་གསུངས། གཉིས་པ་གསང་དབང་ནི། གསང་བའི་སྟེ་
བའི་དགྲིལ་འཁོར་ཏུ། ཐབས་ཤེས་གྱི་རྩིས་བྱིན་པས་གཟུང་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་
པའི་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་ལམ་ནི་གཙོ་བོར་འཁོར་ལོ་བྱུག་
གི་སྟེ་ག་རྒྱུད་དང་། གཏུམ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པ་ཡིན་པས། རྩི་བཅུན་མི་ལས་
ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ནས་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུའོ། ཤེར་དབང་
ནི། ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་རྫོབ་བྱང་སེམས་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་ཏུ་བྱད་པར་
གྱི་དགའ་བའམ་དགའ་བྲལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྟོང་བ་སྟེ། འདིའི་ལམ་ནི་ལས་རྒྱ་གཙོ་
བོར་མཛད་པ་རྩིས་རྒྱུད་པ་རྩིས་འབྲང་དང་བཙས་པས་ཉམས་སུ་བཞེས་པ་ལྟ་
བུའོ། །དབང་བཞི་པ་ནི། དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་སེམས་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་ཏུ་གཞི་

འབྲས་དབྱེར་མེད་མདོན་སྲུང་དུ་ཉོགས་པ་ལྟན་སྒྲིམ་པའི་དགའ་བདེ་ཤར་བ་ཏེ།
དབང་དོན་སློབ་དཔོན་གྱི་ཚིག་ཁོ་ནས་མཚོན་པ་དང་། འདྲིའི་ལམ་ནི་ཕྱག་རྒྱ་
ཆེན་པོར་གྲགས་པ། འཁོར་བའི་རང་བཞིན་ལ་བསལ་བཞག་དང་བྲལ་བར་མ་
བཅོས་ཐ་མལ་ཤེས་པའི་རང་དུ་འཛོག་པ། རྗེ་སྒྲུལ་པོ་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་སྐལ་ལྷན་
རྣམས་ས་ལམ་གཅིག་ཆོད་དུ་འཁྲིད་པའི་རྒྱལ་ལྷ་བུའོ། ཞེས་སྟོང་ཐུན་རབ་གསལ་
ལས་གསུངས།

༢༩ སྒྲིབ་པ་བཞི་ནི། འདོད་ཆེན་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་བཞི་ལ། ལྷ་
སྒྲིགས་གྱི་བདག་དུ་བལྟ་བ། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་རང་
ཉིད་འཛིགས་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་བྱེད་
པ་བཅས་བཞིའོ། །

༣༠ ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ནི། ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་སྤྲུགས་དང་། ཞིང་དང་། རིགས་སྒྲིམ་གྱི་
བྱེད་མེད་དོ། ཆོས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་ཡུལ་སྤྲོ་ཆོགས་སོ། །དམ་ཚིག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་རྒྱུང་
མེའི་དྲོད་ཅན་ལ་ཐུང་དོ། །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱ་དགུས་བཏབ་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་
ལ་ཟེར།

༣༡ ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་ནི། ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་འཇག་པའི་བདེ་བ་སྦྱིན་པ་མོ་དང་།
ཡེ་ཤེས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་གཡོ་བའི་བདེ་བ་སྦྱིན་པ་མོ་དང་། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི་མི་
གཡོ་བའི་བདེ་བ་སྦྱིན་པ་མོའོ། །

༣༢ རྗེ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་ཡན་ལག་དྲུག་ནི། སོར་སྤྱད། བསམ་གཏན། སྤྱོད་ཚུལ།
འཛིན་པ། རྗེས་དྲན། ཉིང་འཛིན་བཅས་སོ། །

༣༣ སོར་སྤྱད། བྲ་རྒྱ་ཏ་རའི་སྒྲུ་ལས། ཐ་མལ་པའི་དབང་པོ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷའི་
འབྲེལ་བ་གཅོད་ཅིང་ཡུལ་ལ་རྣམ་ཤེས་ཡན་པ་སྤྱད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་གྱི་རང་
བཞིན་གྱི་དབང་པོ་ལྷ་འོད་གསལ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཡུལ་ལྷ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་བྲ་
བ་དང་ལེན་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། མདོར་ན་ཐ་མལ་གྱི་སྤྲང་བ་ལ་སེམས་བསྐྱུས་ནས་
ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤྲང་བ་ལ་འཇུག་པའི་དོན་ནོ། །

༣༤ བསམ་གཏན། རྒྱ་ན་ཞེས་པ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཡོ་བ་མེད་པའི་དོན་ཏེ།

དམིགས་པར་དབང་བར་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །

༥༠ སྟོག་ཚུལ། སྤྱ་ཁ་མ་ཡ་ཞེས་པའི་སྤྱ་ལས། སྟོག་ཚུལ་ལམ་སྟོག་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ། དེ་ལ་སྟོག་ནི་རྒྱུད་གི་མིང་ཡིན་ལ། འགོག་པ་ལམ་ཚུལ་བ་ནི་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། སྟོག་ཚུལ་གང་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་སྦྱིར་རྩོམ་ཆེའི་ཡུལ་གྱི་ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་མཐའ་དག་ཡིན་ལ། དེའི་གཙུག་པོ་ལྟེ་བ་མན་ཆད་རོ་རྒྱུད་དབུ་མ་གསུམ། ལྟེ་འོག་ཏུ་བཤང་གཅི་ཁྲ་བའི་ཚ་གསུམ། སྟོག་རྒྱུད་དང་ཐུར་སེལ་གཉིས་བཅས་སོ། །

༥༡ འཛིན་པ། རྒྱ་ར་ཁ་ཞེས་པའི་སྤྱ་འཛིན་པ་དང་གཟུང་བྱ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་སྤྱ་ཚོགས་སུ་བསྐྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་།

འདི་ནི་རྒྱུད་འགོ་འང་དང་བྲལ་བར་འཛིན་པའི་དོན་ནོ། །འཛིན་པ་གང་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་བདེ་བའི་རྒྱུད་ལྟེ་མི་ཤིག་པའི་ཐིག་ལེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུད་རོ།

༥༢ རྩེས་དྲན། ལ་རུ་སྦྱིར་ཞེས་པའི་སྤྱ་རྩེས་སུ་དྲན་པའི་དོན་ཏེ། སྤྱར་བསྟོམས་པ་སྤྱར་ཡང་དྲན་ཞིང་ཤིན་ཏུ་དྲན་པ་ལྟེ། རྩོང་གཟུགས་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་ཡང་སྟོམ་ཞིང་དྲག་ཏུ་ཚུལ་བའི་དོན་ནོ། །

༥༣ ཏིང་ངེ་འཛིན། ས་ལྷ་རྩི་ཞེས་པའི་སྤྱ་མཉམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པའི་དོན་ཡིན་པས། གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་ཞིང་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་དབྱེར་མེད་ལ་སེམས་གནས་པའི་དོན་ནོ། དེའི་ཡུལ་ནི་རྩོང་གཟུགས་དང་བདེ་ཆེན་གཉིས་ཡིན།

༥༤ ཐུང་ཁམས་སོ་དྲུག །གཟུགས་ཚོར་བ་འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་ནམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་ཏེ་ཐུང་སོ་དྲུག ས་རྒྱ་མི་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཏེ་ཁམས་དྲུག ཐིག་རྩ་སྤྱེ་ལུས་ཡིད་དེ་དབང་སོ་དྲུག གཟུགས་སྤྱི་རྩོམ་པ་ལྟ་ཆོས་ཏེ་ཡུལ་དྲུག །ཁ་དང་ལག་པ་དང་རྒྱུད་པ་དང་། བཤང་ལམ་དང་གཅིན་ལམ་དང་ཁྲ་བ་འབབ་པའི་དབང་སོ་སྟེ་ལས་གྱི་དབང་སོ་དྲུག །སྤྱོད་པ་དང་ལེན་པ་དང་འགོ་བ་དང་བཤང་གཅི་དང་ཁྲ་བ་འཕོ་བའི་བྱ་བ་སྟེ་ལས་གྱི་དབང་སོའི་བྱ་བ་དྲུག་བཅས་སོ་དྲུག་སོ། །

༥༥ རྩོམ་ཐིག་པའི་ཆོས་འཆད་རྒྱུ་གྱི་མཐའ་ནམ་པ་དྲུག་ནི། དགོངས་པ་ཅན་དང་དགོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཉིས། དྲངས་དོན་དང་ངེས་དོན་གཉིས། རྩ་རི་

བཞིན་པ་དང་ཇི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པ་གཉིས་བཅས་དྲུག་ལས།

གཅིག་། དགོངས་པ་ཅན་གྱི་གསུངས་ལའང་རིགས་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ། 1 ཇུས་ལ་དགོངས་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱུ་ལས་བ་བཅུ་གཉིས་འགགས་ནས་ས་བཅུ་གཅིག་པའི་མཐར། སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་འཆང་རྒྱ་བ་དེ་མ་འོངས་པའི་ཇུས་ལ་འབྱུང་བ་ལ་དགོངས་ནས། སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཇོགས་སངས་རྒྱས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། 2 འོན་ལ་དགོངས་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱུས་བྱ་འགའ་ཞིག་གིས། ལྷ་མཆོག་དབང་པོ་བརྒྱ་ཕྱིན་ལས་རྒྱུས་པའི་བྱ་མོ་ལོངས་སྟོང་པ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུམ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་མ་རྣམས་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད། སྤྱ་པ་བྱི་རང་བཞིན་ལྟ་བུ་ལ་ཇུས་ཀྱི་ལྷ་ལོངས་སྟོང་དགོས་པ་ལ་དགོངས་ནས། སངས་རྒྱས་ཀུན་ལས་འཕྲོག་ནས་ནི། ལྷ་མཆོག་ལས་རྒྱུས་བྱ་མོ་སྟོང་། ཅེས་མ་རྒྱ་ལྷ་ལས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

3 བསམ་པ་ལ་དགོངས་པ་ནི། དཔེར་ན། ཕྱི་ཞིང་བཅུ། བང་རྒྱུང་བཅུ། གསང་བ་སྟོག་ཆེན་པོའི་རྒྱུང་གི་མིང་དུ་བཏྲན་པ། བདག་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གསང་དགོས་པ་ལ་དགོངས་ནས། ཏེ་བཟླ་ལས། བྱོད་ཀྱིས་སྟོག་ཆགས་བསང་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གཉིས། དགོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་གསུངས་ནི། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་གྱི་ཆོས་གང་ཞིག་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་བཟོད་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དོན་ཐད་ཀར་གསུངས་པ་སྟེ། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་དམ་གཉིས་ལས། གནས་སྐབས་སུ་མི་དགེ་བར་སྤྱད་ན་ངན་འགོར་སྟེ་བས། བྱོད་ཀྱིས་སྟོག་ཆགས་བསང་མི་བྱ། རྒྱུན་གྱི་ཆོག་ཀྱང་སྤྲུལ་མི་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། མཐར་ཐུག་དོན་དམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གཞན་གྱིས་བཟོད་མིན་ལྷན་གཅིག་སྟེས། གང་དུ་ཡང་ནི་མི་རྟོད་དེ། ཁྲུ་མའི་ཇུས་ཐབས་བསྟན་པ་དང་། བདག་གི་བསོད་ནམས་ལས་ཤེས་བྱ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

གསུམ། དྲངས་དོན་ནི། ཆོས་ལ་དད་པའམ་མོས་པ་སྟེ་བའི་ཆེད་དུ། རུལ་ཆོན་གྱིས་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། མཆོད་པ་དང་། བརྟ་དང་། ལག་པའི་ཐུག་རྒྱ་དང་།

སྤྱིན་སྤྱིག་དང་། བསྐྱེད་རིམ་དང་། ལས་ཚོགས་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་
ཚུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་ནམས་སོ། །

བཞི། དེས་དོན་ནི། ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེས་སེམས་བཅིངས་པ་སོགས་རྟོགས་བྱེད་
ཐབས་དང་། རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་བའི་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཀྱན་གཞི་
དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་དང་། ལྷག་ཆུ་ཆེན་པོ་མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་
བ་རྟོགས་བྱའི་དོན་གསལ་བར་སྟོན་པའི་གཞུང་ནམས་སོ། །

ལ། སྤྱིང་བཞིན་པ་ནི། གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་གོ་སྤྱོད་བའི་ཆེད་ཏུ་མིང་དང་དོན་
ནམས་འཇིག་རྟེན་ལ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྐད་དང་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་གཞུང་
ནམས་སོ། །

དུག སྤྱིང་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་གདུལ་
བྱ་སྤྱོད་དམན་ནམས་ལ་གསང་བའི་ཆེད་ཏུ། ཚ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་བཅུའི་
མིང་ཏུ་ལེགས་སྤྱད་སྐད་ཏུ་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པ། ཀོ་རྩ་བྱ། ཀོ་རྩ་བ། ལ་
སོགས་གསང་མིང་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏུ་བྱ་དང་། བོད་སྐད་ཏུ་བཤང་བ་ལ་ནམ་པ་
སྤྱང་མཛད་ཅེས་གསང་མིང་འབོད་པ་ཏུ་བྱ་ནམས་སོ། །

ལ། ཚུལ་བཞི་ནི། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་
འགྲེལ་པ་ཟབ་དོན་སྤྱང་བྱེད་ལས། ཚུལ་བཞིའི་དོན་སྟོན་གསལ་ལས་གསུངས་པ་
ལྟར་རྒྱས་པར་གཞན་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ལ། འདྲིར་བརྗོད་ཅེས་སྟོས་ན། ཚུལ་
དང་པོ། ཞེ་མྱི་ཡེ་གེ་གཉིས་ལ་སྤྱད་ན། འཇིགས་རྟེན་ན་གྲགས་པ་ལྟར་འདྲི་སྐད་
བདག་ཐོས་སོགས་སྤྱིང་གཞི་ལ་འཇུག་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡེ་གེ་གཉིས་པོ་
བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྤྱད་ན། རྟེན་སྤྱོད་དང་བརྟེན་པ་ཡེ་ཤེས་སམ། རྟེན་གཞལ་ཡས་
ཁང་དང་བརྟེན་པ་ལྟར་སྤྱད་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། ཞེ་ཡིག་པར་དང་། མྱི་ཡིག་
རྟོ་རྟེ། མ་ཡུ་བསྐྱེད་པ་ལ་འཇུག་པའམ། ཡང་ན་སྤྱོད་གསུངས་སྤྱགས་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་
གསུམ་ལ་སྤྱད་པའོ། །བཞི་པ་ནི། རྟོགས་རིམ་ཚ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་འོད་གསལ་བྱུང་
འཇུག་ལ་སྤྱད་པ་ནམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་ཞེས་བྲ་བའི་གཞུང་བཞུགས་སོ། །

ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བཅམས།

[[དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱི་བཤད]]
 དཔལ་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་ཐམས་ཅད་གཟིགས།
 ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་དེ་ཉིད་སྟོན།
 གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་པ་སེལ།
 དཔལ་ལྡན་སྤྲ་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལ།
 ལྟན་སྤྱིས་གཅིག་དངོས་གཉིས་ཀྱི་བདག་
 སྤྱི་གསུམ་ཆ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་ཅན།
 གནས་སྐབས་བཞི་པོ་སྤྱི་བཞི་ཉིད།
 སྤྱི་ལྡི་བདག་ཉིད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལ།
 དངོས་གཅིག་ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་ཅན།
 དབུ་མའི་རང་བཞིན་བདེ་གཅིག་ཉིད།
 གང་མཐར་སྤྱིས་པའི་རང་བཞིན་ཅན།
 ལྟ་མོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
 རྒྱུད་ནམས་ཀྱན་རུ་གསང་བ་གང་།
 རྒྱལ་བས་སྤྲ་ན་མེད་པར་སྤྱི།
 མཐའ་རྒྱུག་གིས་བཅིངས་ནང་གི་དོན།
 ཕྱི་ནང་ཉན་ཐོས་སྤྱི་ལྷུ་མིན།
 བ་རོལ་སྤྱིན་པར་རབ་གསང་བ།
 ལུས་སེམས་ནང་གི་བདག་ཉིད་བཤད།

དྲི་མེད་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་པོ་ནི།
 མ་དག་མ་དག་དག་པ་དང་།
 ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གོ་རིམ་བཞིན།
 སེམས་ཅན་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན།
 གསུངས་སྒྲིང་དེ་དོན་རྟོགས་པར་བྱ།
 ཐོག་མར་རྒྱ་རྒྱེན་བསྟན་པ་དང་།
 མངལ་སྒྲེས་ལུས་ནི་འགྲུབ་པའི་ཚུལ།
 དེ་ཉིད་ཅ་ཡི་རྣམ་བཤད་དང་།
 རྒྱང་ནི་གནས་དང་རྒྱ་བའི་ཚུལ།
 ཐོག་ལེ་རི་ལྟར་རྒྱ་བ་དང་།
 རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་འབྲེལ་བའི་དོན།
 དེ་དག་སྟོད་ལ་སྒྱུར་བ་དང་།
 བསྐྱེད་པའི་ལྷ་རྣམས་གང་ཡིན་དང་།
 ཆོས་ཀྱི་སྒྱུར་གཞིར་བསྟན་པ་དང་།
 ལམ་གྱི་རིམ་པར་བསྟན་པ་དང་།
 དེ་རྣམས་འཇིག་ཅིང་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ།
 རྒྱལ་བས་བསྟན་པ་བཞིན་བཤད་བྱ།
 རྒྱ་ནི་སེམས་ཉིད་ཐོག་མེད་ལ།
 རྒྱ་ཆད་སྟོགས་ལྷུང་མ་མཆིས་ཀྱང་།
 དེ་ཉིད་མ་འགགས་རྩལ་པ་ལས།
 རོ་བོ་སྟོང་ལ་རང་བཞིན་གསལ།
 རྣམ་པ་འགག་མེད་ཅིར་ཡང་འཆར།
 དེ་ཉིད་རང་གིས་རང་མ་རིག།
 འདུ་བྱེད་ཡིད་ཀྱིས་གཡོ་བ་ནི།

རྒྱ་བས་ལྟ་བུར་གཡོས་པ་ལས། །
 དོན་དང་འཛིན་པ་གཉིས་སྤང་བས། །
 རང་གིས་རང་ལ་གཏོད་ཅིང་གཟུང་། །
 ཡིད་དེ་ཕྱིར་འགྱུས་སྤང་ཆ་ལས། །
 དུལ་ལ་དོན་བཟུང་རྣམ་ཤེས་བྱུང་། །
 སྤང་དོར་བྱེད་ལས་ཚོར་བ་སྟེ། །
 དེ་ལ་མཆོན་འཛིན་འདུ་ཤེས་ཏེ། །
 འདུས་བྱས་དུལ་སྤང་གཞན་ཏུ་བརྟགས། །
 ཞེན་པས་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་གྲུབ། །
 ཁམས་ལྟ་རྣམ་པར་ཤེས་དང་རྒྱག། །
 རྒྱ་ཞེས་རྟོག་པས་ཐ་སྦྱད་བྱས། །
 དེ་ཡི་བག་ཆགས་ཀྱང་གཞི་ལ། །
 བསགས་པས་རྒྱ་ཡི་རྒྱུན་ཞེས་བྱ། །
 བདག་རྒྱུན་བར་ཏུ་སྤང་བ་ཡི། །
 མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ཡིན། །
 དམིགས་པའི་རྒྱུན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་། །
 དུལ་ཏུ་སྤང་བའི་རིག་བྱ་སྟེ། །
 དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ཞེས་པ། །
 གང་གང་འགགས་པ་དེ་མ་ཐག། །
 ཡིན་ཏེ་རྒྱག་པའི་ཡིད་དང་བཅས། །
 དེ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱུན་རྟོག་འབྲེལ་ལས། །
 འཁོར་འདས་ཚོས་ཀྱང་སྤང་བར་གྱུར། །
 སྟེང་ཞེན་མཆོམས་སྤྱར་སྟེང་པ་གྲུབ། །
 གཟུགས་མེད་གཟུགས་ཁམས་འདོད་པའི་ཁམས། །
 རིམ་བཞིན་དུལ་ལ་མཆོན་འཛིན་པ། །

རྒྱུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡིན། །
 ཐམས་ཅད་ལྷང་དོར་རྟོག་པ་ཡིས། །
 དགེ་དང་མི་དགེ་ལུང་མ་བཟུན། །
 རྣམ་གསུམ་འདུ་བྱེད་རྒྱུ་ལས་ནི། །
 བདེ་སྤྱད་སྦྱོམས་འདུག་བཅས་པ་ཡི། །
 འབྲས་བུ་སྦྱེ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན། །
 སེམས་ཉིད་མ་དག་གནས་སྐབས་ཡིན། །
 སྤྱི་མ་དེ་ཉིད་སྦྱོ་བར་བར། །
 ཤེས་ནས་ཐབས་དང་བཅས་སྦྱོང་བ། །
 ལམ་པ་ཞེས་བྱ་རྒྱུ་བས་གསུངས། །
 སྤྱི་མེད་དག་པས་སངས་རྒྱས་ཏེ། །
 དེ་མྱིར་འགོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཉིད། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། །
 མདོར་བཟུན་པ་དང་རྒྱ་རྒྱུ་སྦྱར་བ་སྦྱོང་དང་པོ་ལོ། །

[གཉིས་པ། མངལ་དུ་ལུས་གྲུབ་ཚུལ་]
 །ལུས་ནི་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ། །
 ཀུན་གཞི་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་བཅས་པ། །
 ཁམས་གསུམ་སྦྱེ་བར་སྦྱོར་བ་ན། །
 འདུ་བྱེད་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས། །
 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ལ་སོགས་བཞི། །
 ལུ་དུ་བྱས་ནས་དེར་སྦྱེ་བ། །
 གཟུགས་མེད་ཅེས་བྱ་ཡིད་ལུས་སོ། །
 བསམ་གཏན་བཞིར་བརྟེན་གང་སྦྱེ་བ། །
 གཟུགས་ཁམས་ཡིན་ཏེ་འདོད་སྤྱོད་ནི། །

རགས་པ་བཅོམ་པ་བརྩམས་སྐྱེས་སོ།
 རྣམ་མཁའ་རྒྱང་མེ་ཆུ་དང་ས།
 འབྱུང་ཆུང་རྣམ་པར་སྐྱེ་བ་ཡིས།
 གནས་གཞན་ཉི་ཤུར་གང་སྐྱེས་པ།
 དེ་ཡི་འཇག་པ་གོ་རིམ་བཞིན།
 ཁམས་གཅིག་ནས་ནི་ལྷ་ཡི་བར།
 ལྷན་པས་མ་རིག་སྐྱེ་དང་བཅས།
 དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ཏུ་བསྟན་ཏོ།
 འདོད་ཁམས་རིགས་དྲུག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།
 ཁམས་དྲུག་དང་ལྷན་པ་དང་རགས།
 སྐྱེ་གནས་བཞི་ལྷན་གཞན་དག་རྣམས།
 ངན་སོང་གསུམ་ནི་མི་སོམ་གནས།
 ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སྐྱ་མི་སྐྱན།
 འབྲས་བུ་སྦྱོང་པས་རྒྱ་དམན་ཏེ།
 སྤྱིང་གསུམ་སྐྱེས་པའི་ཁམས་དྲུག་ལྷན།
 མཆོག་ཡིན་འཇམ་སྤྱིང་ལེགས་སྐྱེས་པ།
 ལས་གྱིས་པར་རབ་ཏུ་གྲགས།
 དུལ་འདིར་སྐྱེ་བ་འབྲུབ་ཚུལ་ནི།
 དང་པོར་རྩམས་སྐྱེས་གཟུགས་ཁམས་བཞིན།
 དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱིང་དབང་གིས།
 དྲི་དང་རོ་ལ་ཆགས་པ་ལས།
 དུལ་ཏུ་སྤྱང་བའི་རྣམ་ཤེས་ལ།
 སྤྱང་དོར་བྱས་པས་ལྷས་ཁམས་ནི།
 རགས་སྤྱང་ཕོ་ཕོ་སྤྱང་ལུན་དང་།
 བདེ་སྤྱག་འདོད་སྤྱིང་བརྩམས་པར་གྱུར།

དེ་ནས་མངལ་སྒྲིམ་གྲུབ་པ་ན།
 ལུས་འདི་ལ་ནི་ཁམས་ཀྱི་ཚྭ་གས།
 མ་ལུས་རོ་རྒྱག་བཟའ་བརྟུང་ལས།
 འབྱུང་བཞི་འགྲུབ་པའི་སྒྲིན་བྱེད་དོ།
 རོ་རྒྱག་འབྱུང་བ་ལྷ་ལས་ཏེ།
 མཁའ་དང་བདེ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི།
 སྦྱོར་བས་བརྟན་པར་འགྲུབ་པ་ཡིན།
 བད་མར་རྒྱུད་པའི་ས་བོན་ནི།
 འཛིན་པས་ས་ཁམས་རང་བཞིན་ཏེ།
 རྒྱས་བསྐྱེད་མེ་ཡིས་སྒྲིན་པར་བྱེད།
 རྒྱང་གིས་འཕེལ་བྱེད་ནམ་མཁའ་ཡིས།
 གོ་སྐབས་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།
 དེ་ཉིད་སྒྲེ་བར་བྱེད་པ་ཡང་།
 བོ་ལ་ཀལློ་ལ་སྦྱོར་བས།
 རེག་པ་སྲ་བ་བག་ཆགས་ཉིད།
 ས་ནི་དེ་ལས་སྒྲེ་བར་འགྱུར།
 བྱང་སེམས་ཁྱ་བའི་རང་བཞིན་ལས།
 རྒྱ་ཡི་ཁམས་ནི་འབྱུང་བ་སྒྲེ།
 བསྐྱེད་པ་ལས་ནི་དྲོད་སྒྲེ་སྒྲེ།
 གཡོ་བ་རྒྱང་དུ་རབ་དུ་གྲགས།
 བདེ་བ་ནམ་མཁའ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས།
 ལྷ་པོས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱོར།
 རྒྱ་ནི་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཏེ།
 བག་ཆགས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཡིད།
 རྒྱང་གི་རོ་བོས་གཟུགས་གཞན་མཐོང་།

དོན་ནི་ངེས་པར་མི་ཤེས་ཤིང་། །
 རྒྱང་ཅམ་གཅིག་ཤུ་མོངས་འདུ་བྱེད། །
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་བཀུག་ནས་ནི། །
 མངལ་འཇུག་བག་ཆགས་རྣམ་པར་སྦྱོང་། །
 བག་ཆགས་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་གཟུང་། །
 དེ་ཆེ་ཁུ་ཁྱག་ཁུ་ཐིག་ལས། །
 འདྲེས་པ་ཅ་ནི་ཡུར་པ་དང་། །
 ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་རྒྱར་བཅས་པ། །
 ཇི་ལྟར་ཆང་རོས་ཚུས་པ་བཞིན། །
 ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིད་སློག་རྒྱང་ཉིད། །
 སྐད་ཅིག་ལ་ཡང་ཡང་དག་འགོ། །
 ཅུར་ཅུར་མེར་མེར་ལྟར་ལྟར་པོ། །
 སོར་སོར་པོ་སྟེ་བདུན་སྟག་བཞི། །
 ལས་རྒྱང་གིས་དཀྱགས་སྤུད་པར་བྱེད། །
 མཁྱང་འཁྱར་ཞག་ནི་དང་པོ་ནས། །
 རང་སོར་བྱེད་དང་བརྩ་གསུམ་གྱི། །
 ཆོད་ལྷན་དབུ་མ་སློག་རྒྱང་བཅས། །
 བསྐྱེད་ནས་སྦྱིང་དང་སྦྱོ་བ་ཡི། །
 འཁོར་ལོ་རྒྱང་བརྩའི་ཉོན་ཆགས་ནས། །
 ཉེ་ཡི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་འཁྱར། །
 ཉེ་བར་མ་ཡི་རྩར་འབྲེལ་བས། །
 རྒྱང་ཁྱག་རྒྱས་པར་བྱེད་པར་འཁྱར། །
 དེ་ནས་རྒྱ་བ་གཉིས་པ་ནས། །
 ཞག་རེ་རྩ་ནི་ཉིས་བརྒྱ་ཆགས། །
 སློག་ལས་སྤར་སེལ་འཕྲོས་ནས་ནི། །

རུས་སྤལ་ནམ་པ་ལྟ་བུར་བྱེད། །
 ཟླ་བ་གསུམ་པར་གྱེན་རྒྱ་ཡི། །
 རྒྱང་གིས་སྟོད་ནམས་སྦྱབ་པར་བྱེད། །
 བཞི་པར་བྱབ་བྱེད་རྒྱང་གིས་ནི། །
 ཡན་ལག་ཙུ་ནམས་སྤང་བར་བྱེད། །
 ལྟ་པར་མཉམ་གནས་རྒྱང་འཕྲོས་ནས། །
 ནང་གི་གནས་གཞན་སྦྱབ་པར་བྱེད། །
 བཀ་མོད་སེང་གེའི་གནས་སྐབས་ཡིན། །
 མཉམ་གནས་བྱབ་བྱེད་གཉིས་སྟོབས་རྫོགས། །
 ལུས་ནི་འགྲུལ་དང་འདར་བར་གྱུར། །
 དེ་རུས་རུས་ཆོགས་རུམ་བུ་ནི། །
 ལུས་བརྒྱ་བྱག་ཙུ་ཆགས་པར་འགྱུར། །
 དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ལྟ་རྫོགས་ནས། །
 ཟླ་བ་བྱག་པར་ཕྱིན་པ་ན། །
 ལྟ་ཡི་རྒྱང་གི་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས། །
 ས་ཁམས་ཆ་ལས་མིག་གཉིས་བསྐྱེད། །
 དེ་ལས་བརྒྱན་པར་རུས་སྤལ་རྒྱང་། །
 སྟོས་ནས་རྒྱ་ཁམས་སྤྲ་བྱག་དོད། །
 བརྒྱད་པར་མེ་ཁམས་སྤྲ་བྱག་བྱེད། །
 དེ་ཆོ་རུངས་པའི་རྒྱང་སྟོལ། །
 དགྲ་པར་ལྟ་སྦྱིན་རྒྱང་འབྱུང་སྟེ། །
 རོ་ཅན་ལྟེ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད། །
 བརྒྱ་པར་ནོར་ལས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱང་། །
 བསྐྱེད་ནས་རྒྱང་བརྒྱའི་རུས་པ་རྫོགས། །
 དེ་ལྟར་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆོད་རྫོགས། །

ཟླ་རེ་དྲུག་སྟོང་ཙམ་ཆགས་པས།
 མངལ་དུ་སྟོང་ཕྱག་ལུ་བཅུ་བཞི།
 སྟེན་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་པ་ན།
 སྟོང་ཕྱག་བདུན་ཅུ་ཙམ་གཉིས་རྩེགས།
 དགུ་པ་ནས་ནི་མི་གཙང་བ།
 དེ་ནས་སྟེན་མའི་ཁམས་འབྱུང་ངོ་།
 བཀའ་བསྐྱེད་རྒྱུ་གི་ཆོར་བ་ཡིས།
 རྒྱལ་བཟལ་དྲུག་པོ་སྟོང་བར་འགྱུར།
 དེ་ཆོ་འབྱེན་པའི་རྒྱུ་གིས་ནི།
 བསྐྱུར་ནས་སྟེ་བར་བྱེད་པ་ཡིན།
 མི་ཡི་སེང་གའི་གནས་སྐབས་སོ།
 དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ཁམས་སྟེ་མཆེད།
 ཙམ་རྒྱུ་ཐོག་ལེ་ལས་གྲུབ་པ།
 དྲི་མར་བཅས་པའི་སེམས་ཉིད་ལས།
 སྤང་སྟེ་དྲི་བཅས་སྤུལ་སྤྱར་གསུངས།
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས།
 མངལ་དུ་ལུས་གྲུབ་པའི་རྩལ་ཏེ་གཉིས་པའོ།

[[གསུམ་པ། ལུས་གྱི་ཆ་བཤད་པ]]
 དེ་ནས་ཙམ་རྩམས་གནས་རྩལ་བཤད།
 དགུ་མ་རོ་རྒྱུ་གཙོ་མོ་དང་།
 འཁོར་ལོ་ནད་བསྐྱེད་ཙམ་བཅས་དང་།
 སྟོང་ཕྱག་བདུན་ཅུ་ཙམ་གཉིས་དང་།
 དེ་བས་སྤང་བ་བཤད་པར་བྱ།
 ཐོག་མར་ལུས་བསྐྱེད་གཞིར་གྱུར་པ།

དབུ་མ་སྟོག་རྒྱུང་བཅས་པ་སྟེ།
 འཁོར་ལོ་རྒྱག་གི་དབུས་ན་ནི།
 བར་ཐག་རང་སོར་བརྩ་གཉིས་དང་།
 བྱེད་བཅས་གསང་བ་སྦྱི་གཙུག་བར།
 ཡར་སྤྲ་ཏྱི་གྱི་རང་བཞིན་གྱི།
 དཀར་ཆའི་དངས་མས་བཀག་པའི་ཚུལ།
 རྟེ་བར་མ་ལས་ཐོབ་པ་ཡི།
 དམར་ཆ་ཐག་རྟེ་ཨ་ཐུང་བཟློང་།
 དེ་གཉིས་བར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྟེན།
 སྟོག་རྒྱུང་གནས་ཏེ་ནམ་མཁའ་འདྲ།
 རྟེ་འོག་མན་ཆད་རུང་ཅན་ཞེས།
 དཀར་ཆ་འབབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན།
 འདི་ནི་སྟོམ་པ་འབྱུང་བ་ནས།
 རྟེང་ཁའི་ཆ་རྟེས་དབུས་སོན་པ།
 ཆུ་ཤིང་མེ་ཏྱག་ལྟར་སྟོང་པ།
 ཏྱི་ནི་འབྱུང་ཞིང་འོག་རུ་ལྟ།
 མར་སྤྲ་མར་མེ་ལྟ་བུས་བརྒྱན།
 དེ་འོག་བྱང་སེམས་མཉམ་འབབ་པ།
 ཨ་བ་རྒྱ་ཏིར་ཤེས་བྱ་སྟེ།
 ལྟན་ཅིག་སྟེས་སྟེར་བྱེད་པའོ།
 མདོར་ན་ལུས་ཅན་སྟོག་ཆ་ཡིན།
 གཡས་གཡོན་རོ་རྒྱུང་གཉིས་པོ་ནི།
 རྟེ་བ་ནས་བྱེས་མཁའ་མར་འབྲེལ།
 དེ་ནས་སྟེང་གར་རུང་ཟད་འདུས།
 མཆན་འོག་བརྒྱུད་ནས་མགྲིན་པར་ཏེ།

ཅེ་ཆུང་ནས་ནི་སྤྱི་པོར་འབྲེལ།
 ལྷ་བྱག་གཉིས་སུ་ཡར་སྤྲོ་འབྱུང་།
 འོག་ཏུ་གསུམ་འདུས་ནས་གྱེས་ཏི།
 ལྷག་དང་དྲི་ཆེན་འབྲིན་ཕྱོམ་གྱི།
 ལས་ནི་གཡས་པ་རོ་མས་བྱེད།
 གཡོན་ནས་ཆུང་མ་དྲི་ཆུ་ཡིས།
 འབྲིན་ཕྱོམ་བྱེད་པར་བཤད་པ་ཡིན།
 རྩེ་རྩེད་ཡན་ཆད་ཆུང་ཆུ་རྩེ།
 རྩེ་བར་ཆ་ནི་བྱག་ཅུ་བཞི།
 སྤྱི་ནང་ཆུང་ཀུན་གསོ་བསྐྱེད་བྱེད།
 འདི་ནི་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ལས།
 དེ་ནི་ཐུར་བྱ་ཅེ་གསུམ་རྩེ།
 དེ་བཞིན་གྱིན་དུ་འང་ཅེ་གསུམ་མོ།
 གླུ་ཅན་ཅེ་མོ་དབྱུས་ན་གནས།
 ཉི་མའི་ཅེ་མོ་གཡས་པའོ།
 ལྷ་བའི་ཅེ་མོ་གཡོན་པའོ།
 ཆུ་དང་མེ་དང་ནམ་མཁའ་རྒྱ།
 གཡས་གཡོན་དབྱུ་མའི་མར་སྤྲོ་ནས།
 གཤང་བ་གཅི་བ་ཁུ་བ་རྒྱ།
 ལྷགས་སྒྲོགས་བཅིངས་པ་ལྷ་བུའི་ཆ།
 སྤྱི་ག་དང་ཐུར་མེལ་ལམ་གསུམ་ཉིད།
 འདི་ལས་གྱེས་པའི་ཆ་ཆེན་པོ།
 ཉི་ཤུ་བཞི་རྩེ་རྩེད་ཁ་ཡི།
 ཡན་ལག་ཆུང་ནི་བརྟེན་པའི་ཆ།
 ལྷ་དང་གཙོ་མོ་གསུམ་བཅས་པས།

ལུམ་ཅུ་གཉིས་ཏེ་ཙ་བ་ཡི།
 རྒྱང་བརྟེན་ཙ་བཅས་ལུམ་ཅུ་བརྟན།
 འདི་ཡི་གཡོན་པའི་ཆར་སྐྱེས་པ།
 མི་ཕྱེད་མ་ནི་འཆོགས་མར་གནས།
 སྤ་གཟུགས་མ་ནི་སྤྱི་གཙུག་འབྲེལ།
 བཙེ་བ་མ་ནི་ན་གཡས་ཏེ།
 གཡོན་པ་མ་ནི་ལྷག་ཙཱ།
 རྒྱང་ཏུ་ཞེས་བྱ་ན་བ་གཡོན།
 ཏུས་སྤལ་སྐྱེས་མ་སྤྱིན་དབུས་ཏེ།
 མིག་གི་ཕྱི་རོལ་སྒོམ་པ་མོ།
 དབང་མ་སྤག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཙ།
 སྤྱིན་མ་མཆན་ལྷང་ཙ་ཡིན་ཏེ།
 འཇུག་མ་ཞེས་བྱ་ཏུ་མའི་ཙ།
 མ་མོ་ལྷེ་བའི་ཙ་ཡིན་ཏེ།
 སྤ་ཙེར་ཟུགས་པ་མཆན་མོལ།
 ཁ་ལ་གནས་པའི་བསེལ་སྤྱིན་མ།
 མགྱིན་དབུས་ཆ་བ་མ་གནས་སོ།
 རྒྱང་མ་དེ་དག་ཀྱན་བརྟེན་པའོ།
 འདི་རྣམས་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་ནོ།
 རོ་མ་ལ་བརྟེན་ཐབས་ཀྱི་ཆ།
 གཞོལ་མ་བྱང་གི་གཞུང་ཏུ་གནས།
 རངས་མ་སྒྲངས་པར་འབྲེལ་བ་སྟེ།
 ཤིན་ཏུ་གཟུགས་ཙན་མཆན་མར་གནས།
 སྤྱི་མ་འོག་སྒོར་འབྲེལ་བ་སྟེ།
 རྒྱ་སྤྱིན་བརྒྱ་ཡི་ཙ་ཆེན་ཡིན།

སྒྲོར་བྲལ་མ་ནི་བྱིན་པར་གནས།
 སྒྲུ་ཀླང་པའི་སོར་མོར་འབྲེལ།
 འབྲུབ་མ་སོལ་གོང་ཆ་ཡིན་ཏེ།
 འཆོད་མ་ཀླང་མཐེབ་སྤྱུ་འབྲིལ་ཙ།
 ཡིད་བཟངས་སྤྲས་མོའི་གཉན་གོང་གནས།
 དེ་ལྟར་ལྷས་ཀྱི་གནས་སྤྱུ་འདོད།
 གསུམ་སྒྲོར་འདོད་མ་བྲིམ་མ་དང་།
 གཏུམ་མོ་ཞེས་བྱ་ཆ་བཞི་ནི།
 མིག་དང་ན་བ་སྒྲ་དང་ལྗེར།
 སྒྲིང་དབྱས་ནས་འབྲེལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཙ།
 བདུད་བྲལ་ལྗེ་རྒྱུང་དབྱས་སྤྱུ་བྱུག།
 འདིར་ནི་ལྷས་ཀྱི་སྒྲིང་དབྱས་སྤྱུ།
 ཆ་ལྷ་པོ་ནི་ཡང་དག་གནས།
 སྒྲོག་ནི་ཨ་བ་རྒྱ་རྒྱ་ཏེ།
 གཞན་ནི་ཆ་བའི་རྒྱུང་རྒྱུ་གནས།
 དེ་ནས་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་བྱུག།
 བཙོ་བརྒྱད་སོགས་ལ་དབྱེ་བ་ནི།
 ལྗེ་བ་སྤྱལ་པའི་འཁོར་ལོ་ནི།
 དབྱ་མ་ལས་བྲིས་ཆ་བཞི་ལ།
 འཕོ་བ་བཅུ་གཉིས་རིམ་བ་ཡིས།
 ལྷ་ཚན་རྩ་བྲིས་བྱུག་བཅུ་ཏེ།
 གཡས་དང་གཡོན་པའི་འཕོ་བ་བརྟེན།
 བཞི་པོ་དབྱ་མའི་འཕོ་བ་ཡིན།
 མིང་ནི་རྩོ་རྩེ་སྤང་བ་ལས།
 ཡང་དག་བྱགས་དང་ཤིན་རྩ་བྱགས།

ཤིན་རུ་བཟང་དང་བཟང་པོར་འགྲོ།
 ལྷོ་བས་ཆེན་དང་ནི་མི་བཟང་ཆེ།
 མཛེས་ཆེན་མདུན་རུ་སྐྱེས་པ་ཆེ།
 རྒྱགས་པའི་རྒྱགས་དང་རྒྱགས་པའི་ཆ།
 རྒྱགས་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱགས་སྟོ་བྱེད།
 བརྒྱགས་དང་བརྒྱགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་དང་།
 བརྒྱགས་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱགས་པ་འཆང་།
 རྒྱ་བ་དང་ཁ་རྒྱ་སྤང་པོ་དང་།
 དབྱགས་མི་བདེ་དང་གཡའ་ཁ་འགྲོ།
 འདབ་ཆགས་ཡན་ལག་བྲ་ཡི་གདོང་།
 ཟ་པོ་མི་བཟང་སྒྲ་སྒྲོགས་དང་།
 སྒྲི་ལྷན་བརྒྱགས་དང་བརྒྱལ་བ་དང་།
 དབྱངས་དང་དབྱངས་སྐྱེས་དང་ནི་སྐྱོན།
 རྒྱ་བ་མཐོ་དང་རྒྱ་ལྟར་སྟོ།
 ཡུད་ཅམ་གཙོ་པོ་ཡུད་ཅམ་སྐྱེས།
 རྒྱ་བ་རུ་ཁ་བལྟས་དབྱུག་པ་དང་།
 དབྱུག་སྟོ་མས་དང་ནི་རྟིང་པ་དང་།
 ཆིགས་ཀྱི་ལྷ་དང་ཆིགས་ཀྱི་ཆིགས།
 ཆིགས་ཀྱི་ཆོད་དང་བརྒྱལ་བ་དང་།
 ཆིགས་ཀྱི་གནས་དང་ཆིགས་ཀྱི་གདོང་།
 ཆིགས་འོད་ཆིགས་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་བརྒྱད།
 རུལ་བྱེད་རུལ་འགྲོ་གཟི་བརྒྱུད་དང་།
 སྒྲི་མེད་རུལ་བའི་སྐྱེམས་མ་དང་།
 རྒྱན་ཕྱང་ལྷོ་དང་ཆགས་པ་ཆགས།
 རྒྱན་འཕྱང་རྒྱན་འཕྱང་བྱེད་སྤང་བྱ།

ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་སྒྲིར་འགྲོ་བ། །
 ལོ་མ་ལོ་མའི་མགིན་པ་དང་། །
 རབ་མཆོག་མ་དང་རབ་གསལ་སྒྲི། །
 དེ་ལྟར་དུག་ཅུ་ཆ་བཞིའོ། །
 སྒྲིར་གའི་འཁོར་ལོའི་ཆ་བརྒྱད་མིང་། །
 རིན་ཆེན་ཅོད་པན་པརྩ་ཆེ། །
 རོ་རྩེ་ཆེན་པོ་སྒྲིབས་པོ་ཆེ། །
 མགོན་པོ་ཆེ་དང་སྒྲུ་ཆེ་དང་། །
 ཉེར་དགའ་ཆེན་པོ་ཚུས་པ་ཆེ། །
 འདི་རྒྱམས་འཁོར་ལོས་ལུས་ཀུན་བྱུང་། །
 མགིན་པར་ཆ་འདབ་བཅུ་དུག་ནི། །
 ལོངས་སྒྲིད་ལོངས་སྒྲིད་སྒྲིར་དང་གསང་། །
 ཉི་འགྲོ་གསལ་དང་སྒྲུ་ལ་བ་དང་། །
 སྒྲིམ་པ་དང་ནི་ཐལ་བའི་གདོང་། །
 བཟའ་སྒྲིར་བ་དང་བཀེས་པ་དང་། །
 བཅུད་ལོན་རིས་ནི་བཀྱར་བ་དང་། །
 རོ་འཇིག་པ་དང་རོ་དང་ནི། །
 རྒྱང་རྒྱང་ལོངས་སྒྲིད་འཁོར་ལོར་གནས། །
 སྒྲི་བོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོ་ན། །
 རིམ་རིག་དང་ནི་འདོད་པ་ཅན། །
 འདོད་ཅན་མ་དང་སྒྲོག་གི་ལུས། །
 ཟླ་ཐུང་ཟླ་སྒྲིར་མཛེས་པ་ནི། །
 འདོད་ཅན་མི་སྒྲུ་ཀུ་ཤ་དང་། །
 ཤི་བ་སྒྲིང་དང་དག་པ་དང་། །
 མི་དང་མི་རོ་ནི་ཅོ་དང་། །

གང་བ་ཉི་དང་རོ་ལྷན་དང་།
 ཀོས་རིང་ཆང་སྟེར་བརྟན་ཅི་དང་།
 རུང་ཅན་དང་ནི་རུང་སྣ་དང་།
 རུང་གི་མིག་དང་རུང་གི་ན།
 བརྒྱགས་དང་དབང་རྒྱགས་སྐམ་པ་དང་།
 བརྒྱགས་པས་བརྒྱལ་དང་ངོ་མཚར་བརྒྱགས་།
 སྟོམས་པ་དང་ནི་ཆོགས་གྱི་རྟེན།
 ལུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་ཞེས་ནི་བཤད།
 དེ་ལྟར་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ནི།
 གཙོ་བོ་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན།
 གཙུག་རྟོར་རྒྱུང་དང་མགིན་པ་མེ།
 གནས་པའི་རྩ་ནི་དགུ་ཡོད་དེ།
 སྒྲིན་མའི་དབྱས་ནས་རྒྱུང་འཁོར་ལོ།
 བྱེ་བ་འབྲིལ་པ་མི་བཟད་པ།
 མིང་བཟང་བརྟན་དང་མཚན་ཉིད་ཅན།
 འཛིན་པ་རྟོག་མེད་གང་བ་ནི།
 རྩ་གསུམ་མི་དང་ཡང་དག་ལྟན།
 རུས་གྱི་འཁོར་ལོར་གང་གསུངས་པ།
 འདི་བརྟན་གསང་བའི་གནས་སུ་སྟེ།
 སྒྱི་བོ་དང་མཚུངས་གསང་འཁོར་ལོ།
 ལུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་འདབ་མ་ཡིན།
 དེ་དག་དབྱས་ན་གནས་པ་ནི།
 སྟོང་པ་རྒྱག་གི་རྩ་ཡིན་ནོ།
 འདི་རྣམས་གསུང་གྱི་སྟོ་ཞེས་བྱ།
 ལག་པ་གཡས་པའི་ཆོགས་གསུམ་ལ།

ལྷུང་གི་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡི།
 ཚ་ནི་སྲུམ་ཅུ་སྲུམ་ཅུ་གནས།
 སོར་མོའི་ཆོགས་ནི་རེ་རེ་ལ།
 ཚ་ནི་བྱག་བྱག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ།
 གངས་ནི་གོང་དང་མཚུངས་པའོ།
 དེ་བཞིན་ལག་གཡོན་མེ་ཡི་ཁམས།
 ཀླང་པ་གཡས་པ་ཆུ་ཁམས་ཏེ།
 གཡོན་པ་ས་ཁམས་སྒྲ་མ་བཞིན།
 དེ་ལྟར་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ལ།
 ཚ་ནི་སྲུམ་བརྒྱ་བྱག་ཅུའོ།
 སོར་ཆོགས་ཚ་གངས་དེ་དང་མཉམ།
 བད་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཚ།
 གཙུག་ཏྟར་ཚ་བཞི་དབུ་པ་ཡི།
 བརྒྱ་བྱག་བད་ཀན་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
 མགིན་པ་ཚ་ནི་སྲུམ་ཅུ་གཉིས།
 རྩེར་ཁའི་བརྒྱད་རྣམས་མཁྱིས་པ་བསྐྱེད།
 རྩེ་བའི་བྱག་ཅུ་ཚ་བཞི་དང་།
 གསང་བའི་ཕྱི་རོལ་བརྒྱ་བྱག་གིས།
 ལྷུང་གི་ཁམས་འབྲུགས་གསང་བ་ཡི།
 བད་རིམ་བརྒྱ་བྱག་འདུས་པ་བསྐྱེད།
 དེ་ལྟར་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་བྱག།
 འདི་རྣམས་འཁོར་ལོའི་ཕྱི་རིམ་སྟེ།
 གཞན་དག་འཁོར་ལོ་ཉིད་ཏུ་འདོད།
 རྩེར་ཕྱག་བདུན་ཅུ་ཚ་གཉིས་ཀྱི།
 རྣམ་དབྱེ་དོ་རྩེ་ཕྱིར་བ་ལས།

ལྷོང་ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་ནི། །
 ཟླ་བ་འབབ་པ་རྒྱང་མའི་རིགས། །
 ལྷོང་ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་ནི། །
 ཉི་མ་འབབ་པ་རོ་མའི་རིགས། །
 ལྷོང་ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་ནི། །
 རྒྱང་རྒྱ་དབུ་མའི་རིགས་སུ་བཞུགས། །
 དེ་ཡང་ལུས་ལ་གནས་པ་ན། །
 ཙ་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་པོ། །
 མི་སྤྱད་མ་ནས་ཡིད་བཟངས་བར། །
 ཐིམ་དང་ལོངས་སྤྱད་བདག་པོ་ཡི། །
 དབྱེ་བས་གསུམ་སྟེ་བདུན་ཅུ་གཉིས། །
 རེ་རེའང་འཁོར་ནི་ལྷོང་ལྷོང་རོ། །
 དཔེར་ན་སྤྱང་པོ་གཅིག་ལས་ནི། །
 ཡལ་ག་ལོ་འདབ་བྱས་པ་བཞིན། །
 དེ་ལས་སྤྱ་བའི་ཙ་རྣམས་ནི། །
 བྱེ་བ་ཕྱག་ནི་སྤྱད་དང་བཞི། །
 བ་སྤྱ་བཞུགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །
 འདི་རྣམས་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། །
 ཉི་བ་ས་ཉི་ཉིང་ཁ་རྒྱང་། །
 མགིན་པ་མེ་ལ་སྤྱི་བོ་ཟུ། །
 གཙུག་ཏོར་ནམ་མཁའ་གསང་བ་ནི། །
 ཡི་ཤེས་བདེ་བའི་རིགས་སུ་གསུངས། །
 དེ་བཞིན་བ་སྤྱི་མཐར་ཐུག་པར། །
 ཁམས་དུག་གིས་ནི་རིམ་པར་བཞུགས། །
 གཡས་གཡོན་དབུ་མའི་དབྱེ་བ་ལས། །

སྤྱ་གསུང་སྤྱགས་ཀྱི་རིགས་གསུམ་ཡིན། །
 དེ་ལྟར་ཆ་ཡི་མཆན་ཉིད་ཤེས། །
 ལུས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པར་འགྱུར། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། །
 ལུས་ཀྱི་ཆ་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་སྟེ་གསུམ་པའོ།

[[བཞི་པ། ལུས་ཀྱི་རྒྱང་རྒྱ་ཚུལ་བཤད་པ]]
 དེ་ནས་རྒྱང་གི་དོ་བོ་དང་། །
 གནས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་བའི་ཚུལ། །
 རྟོགས་དང་རྟོགས་མེད་རིམ་པ་དང་། །
 འདུག་ས་གཟུང་ཐབས་སྟོན་ཡོན་རྣམས། །
 རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་འདིར་བཤད་བྱ། །
 རྒྱང་ནི་དག་དང་རྒྱས་སྦྱར་ཏེ། །
 ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་སྦྱས། །
 ཐོག་མར་རྣམ་ཤེས་ལ་བརྟེན་པ། །
 སྟོག་རྒྱང་ཨ་ཡི་རྣམ་པ་ཅན། །
 རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། །
 རྒྱར་སེལ་ས་ཁམས་ལི་ཡིག་སྟེ། །
 གྱེན་རྒྱ་མེ་ཁམས་རི་ཡིན་ནོ། །
 མེ་མཉམ་རྒྱང་ཁམས་ཨི་ཞེས་བརྗོད། །
 ལྷབ་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་ལྷ་ཅ་འགྱུར། །
 དེ་ནས་ཡན་ལག་རྒྱང་ལྷ་ནི། །
 ལྷ་ནི་སས་བསྐྱེད་ནམ་མཁའ་ལྷ། །
 ཅལ་སྤལ་རྒྱང་སྟེ་ཨི་ཅ་བཤད། །
 རྒྱངས་པ་མེ་སྟེ་ལྷ་ཉིད་ཡིན། །

ལྷ་སྒྱུན་ཚུ་ཁམས་ཨོ་ཅུ་འགྱུར།།
 གྲུལ་ནི་ས་ཁམས་ནོར་ལས་རྒྱལ།།
 ཐོག་མར་ཟླ་བ་རེ་རེ་ལ།།
 རིམ་བསྐྱེད་ད་ལྟར་ལས་ཀྱན་བྱེད།།
 སྤྱད་པ་ལོ་ནི་བཅུ་བཅུར་བཤད།།
 འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ལས།།
 སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་།།
 ཀྱན་གཞི་མཁའ་སྒྲེ་ཉོན་ཡིད་བཅས།།
 འདུ་བྱེད་རྒྱང་སྒྲེ་ཆོར་བ་མ།།
 འདུ་ཤེས་རྒྱ་ལ་གཞུགས་ནི་ས།།
 རིམ་པས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་གསུངས།།
 ད་ལྟར་ལུས་གནས་ལས་བྱེད་པ།།
 སྒྱུར་ནི་ལུས་རྣམས་ཀྱན་ཁྱབ་ཀྱང་།།
 ཅ་བ་དབུ་མ་སྒྲོག་རྒྱང་ནི།།
 དབུས་གནས་ཀྱན་གཞི་བརྟེན་པར་བྱེད།།
 རྣམ་མཁའི་མགོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ།།
 འཆི་བའི་ཆོ་ནི་ཡང་དག་རྒྱ།།
 ད་ལྟར་བདག་འཛིན་དྲན་པ་སྐྱེད།།
 ལོག་ན་བརྒྱལ་སྒྲོ་འཆི་བར་བྱེད།།
 ལས་དང་ཡེ་ཤེས་འདྲེས་པར་གནས།།
 ཁ་དོག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་བཤད།།
 སྤྱར་སེལ་འོག་ཏུ་གསུམ་འདུས་ནས།།
 འོག་འགོ་དྲངས་སྒྲིགས་འབྲིན་སྒྲོམ་བྱེད།།
 དུང་ཅན་ནང་གནས་བདེ་བའི་ཁམས།།
 ལོག་ན་སྒྲུང་གི་ནད་བསྐྱེད་བྱེད།།

མེ་མཉམ་མཐུན་སྟོགས་རྩ་ལས་བྱང་།
 །པོ་བར་བྱག་སྟེ་དངས་སྟིགས་འབྱེད།
 ལུས་ཀྱན་ཏུ་བྱིར་ལོག་གྱུར་ན།
 སྟོ་འཁོག་འབྲུ་དང་མ་ཅངས་བྱེད།
 གྱེན་རྒྱ་མེ་འཛམས་རྩ་ལས་བྱང་།
 མ་གྱིན་པའི་གནས་སུ་ལས་ཀྱན་བྱེད།
 ལུས་ངག་སྒྲ་གར་སོགས་རྣམས་ཡིན།
 ལོག་ན་སྟོད་ནད་པལ་ཆེར་བྱེད།
 ཟུབ་བྱེད་གཡས་སྟོགས་རོ་མ་དང་།
 འབྲེལ་ནས་ལུས་ཚིགས་ཀྱན་ལ་གནས།
 ལུས་ཀྱི་སྟོབས་བྱེད་དེ་ལོག་པས།
 ཡན་ལག་ཞ་རེངས་ནད་ཀྱན་བྱེད།
 བདེན་བྲལ་རྒྱབ་སྟོགས་རྒྱང་མཛམས་དང་།
 གཡོན་སྟོགས་དབང་ལྡན་རིམ་པ་ལྟར།
 སྒྲ་སོགས་ཡན་ལག་རྒྱང་ལྟ་སྟེ།
 སྒྲ་ཡི་གཟུགས་འཛིན་ལུས་སྟེག་བྱེད།
 ཅུས་སྒྲལ་སྒྲ་འཛིན་རྒྱང་ལག་བསྟོད།
 རྩངས་པ་དྲི་འཛིན་འཁོ་འབྲུག་བྱེད།
 ལྟ་སྟེན་རོ་འཛིན་སྒྲལ་བ་བྱེད།
 རོར་རྒྱལ་རིག་འཛིན་ལུས་འདི་ལ།
 ཤི་ནས་མ་འཁོར་བར་ཏུ་གནས།
 ད་ལྟ་ཐུན་བརྒྱད་རང་བཞིན་ཏེ།
 འདི་རྣམས་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཡིན།
 རྒྱ་ཚུལ་བྱི་ནང་གཉིས་ཡིན་ཏེ།
 སྟོག་རྒྱང་སྒྲ་ཅན་རང་བཞིན་ནི།

དབྱ་མར་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུར་གནས།
 རི་ལྟར་སྒྲིང་ཁའི་འཁོར་ལོ་ལྟར།
 འཁོར་ལོ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།
 སྤྱི་བོའི་འཁོར་ལོ་སྤྲུལ་ཅུ་གཉིས།
 ཟླ་བའི་རྒྱུད་པ་དང་མཚུངས་པའི།
 རྒྱུད་རྒྱ་དེ་སྤྱིར་བརྒྱ་དྲུག་བཤད།
 གཉིས་ནི་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་ཏེ།
 གཞན་དག་བརྒྱ་བཞི་རིམ་པ་ལྟར།
 ལྟ་བུ་གསུམ་དང་བཞི་པ་གཅིག།
 གསུམ་གཉིས་གཅིག་ནི་རིམ་བཞིན་རྒྱ།
 སྤྱི་མའི་རྩ་བརྟན་རིམ་པ་བསྒྲིག།
 དེ་དག་ཡོན་ཏན་རིམ་པ་ཡིས།
 དབྱུག་གྱ་ཉེར་བརྒྱད་སྟོང་པ་བཞི།
 སྤྱིར་ནི་ཞག་གཅིག་སྤྲུལ་ཅུ་གཉིས།
 ལྷུང་ཅམ་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་བརྗོད།
 མགྲིན་པར་རྩ་ནི་བརྒྱ་དྲུག་པོ།
 ཐབས་ཤེས་དབྱེ་བས་སྤྲུལ་ཅུ་གཉིས།
 དེ་ལ་བཞིར་ནི་སྟོང་པ་རྒྱ།
 གཞན་དག་སྟོགས་བཞིར་བརྟན་བརྟན་བྱ།
 རྒྱ་སྐར་ལོངས་སྟོང་དང་མཚུངས་རྒྱ།
 གཞན་ནས་འཕོ་བ་བརྒྱ་དྲུག་བཤད།
 ཉེ་བར་རྩ་ནི་དྲུག་ཅུ་བཞི།
 བྱིས་གྱི་དབྱེ་བས་སྤྱེ་བས་ན།
 ལྟ་ཚན་བརྒྱ་གཉིས་དྲུག་ཅུ་ཉི།
 དབྱུག་གྱ་དྲུག་ཅུའི་བདག་ཉིད་དོ།

བཞིན་སྟོང་པ་དབྱ་མར་རྒྱ།
 ཀུན་ཀྱང་མདུན་སྟོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱང་།
 གཡས་མེ་གཡོན་རྒྱ་རྒྱུ་སྟོགས་ས།
 འཆོམས་དང་བཅས་པ་རགས་པ་ཡིན།
 དེ་བཞིན་ཆོགས་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི།
 འཁོར་ལོ་རྒྱ་བ་སྟུམ་ཅུ་སྟེ།
 ཀུན་ལས་སྟུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུའི་སྟོག།
 ཉིང་ལག་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་སྟོང་སྟག་ཉི་ཤུ་བཞིར།
 འགོ་བ་དབྱ་མའི་བདག་ཉིད་གསུངས།
 དཀར་དམར་གྱིས་སྟེ་དེ་དང་མཉམ།
 སྟོང་སྟག་བདུན་ཅུ་ཆ་གཉིས་སྟེ།
 ཉི་ཁྲི་གཅིག་སྟོང་དུག་བརྒྱའི་རྒྱང་།
 དེ་ལྟར་ནང་ན་རྒྱ་བར་འཁྱུར།
 གང་ཆེ་ལུག་སྟོགས་ཆ་གཅིག་དུ།
 རྒྱང་འགགས་དེ་ཆེ་སྟོགས་ཀུན་འདྲ།
 འདི་ལ་དབྱེ་བ་དཔག་མེད་ཀྱང་།
 སྟེ་རོལ་ཆེས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་སྟེ་རོལ་རྒྱ་བ་བཤད།
 བ་སྟུ་དབང་པོའི་སྟོ་ཀུན་ནས།
 རྒྱ་ཡང་ཁྱད་པར་འཁྱུག་པའི་སྟོ།
 ཆ་ཆེན་གཉིས་བརྒྱད་ལྷ་བྱག་དུ།
 གཡས་པ་ཉི་མ་དུག་གི་རྒྱང་།
 གཡོན་པ་རྒྱ་བ་བདུད་ཆེ་སྟེ།
 ཐམས་དང་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་ནོ།

ཞག་རེ་བཞིན་རུ་དེ་ཡི་རྒྱང་།།
 ཁྱི་དང་བཞི་བརྒྱ་རྒྱག་ཅུ་གཉིས།།
 ཟུང་བཅས་ཉི་ཟླའི་རྒྱང་རུ་བརྒྱད།།
 དེ་གཉིས་དབུས་ནས་རྒྱ་བའི་རྒྱང་།།
 རྒྱག་བརྒྱ་བརྒྱན་ཅུ་ཙ་ལྷ་ནི།།
 རྒྱ་གཅན་མཁའ་དང་ཡི་ཤེས་ཀྱི།།
 རྒྱང་སྟེ་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཐུགས།།
 དེ་ལ་རོ་བོའི་དབྱེ་བ་ཡིས།།
 ས་མོགས་ལྷ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།།
 རྒྱེ་རུས་མ་དང་འབྲེལ་པའི་རྒྱང་།།
 ཆད་ཅིང་དེ་ནས་རྣམ་རྒྱ་བས།།
 ཀ་ཀའ་ཡི་བྱིས་རུ་བཤད།།
 ད་ནི་རུས་རྒྱུར་བཤད་པར་བྱ།།
 ཙ་བ་ཡན་ལག་བཅས་པའི་རྒྱང་།།
 ལུས་ཀྱན་འཁོར་ལོ་རིམ་བརྒྱད་དེ།།
 ཉེ་བར་སྟོག་གི་རུས་པ་བརྒྱེད།།
 མཉམ་དང་མི་མཉམ་བྱིས་བརྒྱ་གཉིས།།
 རེ་མོས་གཡས་དང་གཡོན་འབྱུང་བས།།
 ཉི་མ་ལྟར་བཤོད་དང་པོ་ལ།།
 ལྷ་བུག་གཡས་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱང་།།
 ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་མཁའ་རིམ་བཞིན།།
 སུམ་བརྒྱ་རྒྱག་ཅུ་རྒྱག་ཅུ་སྟེ།།
 ཀྱན་ལ་སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱའོ།།
 དེ་འོག་གཡོན་ནས་ཟླ་བའི་རྒྱང་།།
 བཅ་མཁའ་རྒྱང་མེ་རྒྱ་ས་ཡིས།།

རིམ་པར་གྲངས་ནི་གོང་དང་མཚུངས། །
 དེ་ལྟར་འཕོ་བ་བརྩུ་གཉིས་ལ། །
 ཉི་ཤི་གཅིག་སྟོང་དུག་བརྩུ་སྟེ། །
 དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་བཤད་པ། །
 དུག་བརྩུ་བརྩན་ཅུ་ཆ་ལྷ་ཡིན། །
 འཕོ་བ་ལྷ་བརྩུ་དུག་བཞི་ཆ། །
 དབུག་གུ་བརྩུ་གཅིག་བཞི་ཆ་སྟེ། །
 མདོར་ན་དབུགས་གཅིག་སོ་གཉིས་ཆ། །
 གསལ་པས་དེ་ལྟར་ལྟར་པ་ཡིན། །
 དེ་ཡང་ཐུང་ནི་ཕྱིར་རྒྱུ་ལ། །
 ཐུང་ནི་དབུ་མར་རྒྱ་བས་འཕེལ། །
 འདི་ནི་གཟའ་ཀྱན་རྒྱང་པ་སྟེ། །
 ཕྱིར་འགྲོ་འཕེལ་བས་འཆི་ལྷས་ཡིན། །
 རང་དུ་ཟེན་ན་འཆི་མེད་འགྲུབ། །
 ལོ་བརྒྱའི་རྒྱ་བ་བསྐྱམས་པས་ན། །
 ལོ་གསུམ་རྒྱ་བ་ཐུང་དང་གཉིས། །
 ཞག་སོགས་ཤོལ་དང་འཕེལ་འགྲིབ་རྣམས། །
 འདི་དོན་རྟོགས་པས་མ་ཐོར་འཆར། །
 རྒྱ་རིམ་ཁ་དོག་སྟོབས་ཡོན་ཏན། །
 དང་པོ་སྣ་ཡི་ཀ་བ་ནི། །
 བྱང་སྟེ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། །
 ཕྱི་རོལ་གཉིས་ནི་མེ་ཅུ་འདྲོད། །
 སྟེང་གཉིས་རྒྱང་སྟེ་འོག་གཉིས་ས། །
 དབུས་ནི་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཡིན། །
 ཁ་དོག་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་མཁའ། །

སེར་དཀར་དམར་ནག་སྟོ་བར་འདྲོད།
 འདི་དག་སྟོབས་ནི་གཡས་པ་ནམས།
 སྟེན་ཕུར་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མ་མེ།
 ས་སོགས་རིམ་པས་གཡོན་པ་ནམས།
 སྒྲ་གཅན་ཟླ་བ་གཟའ་ལྷག་དང་།
 པ་སངས་མཆུག་རིང་མཁའ་རིམ་བཞིན།
 ཕུང་པོ་ཁམས་སོགས་དེ་མཐུན་ཕྱིར།
 ཉམ་མཁས་གསད་གསོའི་ལས་ཀྱན་འབྱུང།
 ལྷུང་གིས་སྒྲད་དང་གསད་པ་སྟེ།
 དབང་དང་དབྱུག་པ་མེ་ཡིས་བྱེད།
 ལུས་ནི་ཞི་དང་རྒྱས་པ་ལོ།
 རེངས་དང་ཕྱོངས་པ་ས་ཡི་ལས།
 ཡེ་ཤིས་ལས་ནི་ཐམས་ཅད་པ།
 ཐུན་མཚམས་མཉམ་ཏུ་རྒྱ་རྒྱས་སོ།
 ཕྱི་རིལ་ས་ནི་སོར་བཅུ་གཉིས།
 ལུ་མེ་རྒྱང་མཁའ་བཅུ་དྲུག་བར།
 ཡོན་ཏན་དབང་གིས་རིམ་བཞིན་རིང་།
 ཉེན་འབྲེལ་ཅིས་དང་དབྱངས་སྒྱུར་བ།
 ཁོ་བོས་ཅིས་ཀྱན་བསྐྱས་པར་བཤད།
 འདི་ནི་རྩོམ་སྒྲིང་བ་ལས།
 ལྷ་ཡི་བྱ་གལས་བྱང་ཞིང་།
 ལྷུང་ལྷ་སྟེང་རུ་ཡང་དག་རྒྱ།
 གཡོན་པ་གཡས་དང་གཉིས་ཀ་དང་།
 དལ་བར་རྒྱ་བ་ནམ་པ་བཞི།
 གཡས་པ་ནས་ནི་འབྱུང་བའི་ཁམས།

མེ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཉིད་ཡིན་ཏེ།
 ཁ་དོག་དམར་པོ་བཟང་པོ་འདི།
 བད་མའི་མགོན་པོ་རྒྱ་བའོ།
 གཡོན་པ་ནས་ནི་འབྱུང་བའི་ཁམས།
 རྒྱང་གི་དགྱིལ་འཁོར་དང་འབྲེས་པ།
 རྒྱང་མེར་དག་ཏུ་སྤང་བ་ནི།
 ལས་ཀྱི་མགོན་པོ་རྒྱ་བའོ།
 གཉིས་ཀ་ནས་ནི་འབྱུང་བའི་ཁམས།
 གསེར་མདོག་དབང་ཆེན་དགྱིལ་འཁོར་ཉིད།
 རིན་ཆེན་མགོན་པོ་རྒྱ་བའོ།
 དལ་ཁིང་རྒྱ་བ་མེད་པའི་ཁམས།
 དག་པའི་ཤེལ་ལྷར་སྤང་བ་ནི།
 འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཏེ།
 རོ་རྒྱུ་མགོན་པོ་རྒྱ་བའོ།
 ཁམས་ཀྱན་ལས་ནི་ཡང་དག་འབྱུང་།
 ཉིན་དང་བཟེན་པས་བཟུང་བ་ནི།
 རྣམ་པར་སྤང་མཛད་རང་བཞིན་ཏེ།
 འཆི་བའི་མཐར་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར།
 དགྱིལ་འཁོར་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི།
 མཉམ་པར་བཞག་པས་རྟག་ཏུ་རྫོས།
 ཞེས་གསུངས་དོན་ནི་བཟླས་པ་ཡི།
 དག་པ་བསྟན་ཏེ་གོང་མ་དང་།
 འགལ་བའི་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་མི་བྱ།
 དེ་ལྟར་རྒྱང་ནི་སྤྱི་ཅེར་ནི།
 ཁ་དོག་ལྷ་པར་རྣམ་པར་བསྟོམ།

ལྷགས་བཟུམ་པ་ཡི་གྲངས་གྱིས་ནི།
 ཉིན་མཚན་ཉག་དུ་ཚློས་ཞེས་བཤད།
 འབྲུག་སྒོ་སྟེང་ནས་སྒྲ་བྱག་གཉིས།
 ཁ་དང་འོག་དུ་ལམ་གསུམ་དང་།
 ལུས་ཀྱན་ཡིན་ཏེ་རྣམ་པ་བཞི།
 གཟུང་ཐབས་དབྱུང་རྒྱབ་གནས་ལྷོག་དང་།
 དག་པ་བགྲང་ཞིང་བཙི་བ་སྟེ།
 མི་རྟོག་རྒྱ་ཡན་བཅིང་པ་ནི།
 ཞི་གནས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན།
 ཁ་དོག་དབྱིབས་ལ་རྣམ་པར་སྦྱངས།
 མདོན་ཤེས་ཟད་པར་འབྱུང་པའི་རྒྱ།
 བུམ་ཅན་སྟེང་འོག་བར་གསུམ་དང་།
 རྣམ་གྲོལ་བཅས་པ་ལས་ཀྱན་བྱེད།
 བན་ཡོན་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ།
 ཉི་ཟླ་སྤྱོད་གཅན་གཙོ་བོ་གསུམ།
 དུག་གསུམ་རྣམ་རྟོག་འཛོམས་པ་དང་།
 རོ་རྩེ་རྣམ་གསུམ་ཐོབ་བྱེད་ཡིན།
 དེ་ནི་ཉི་མའི་ཡོན་ཏན་གསུངས།
 གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་ཡི།
 ལུལ་ལྷ་དབང་བྱེད་ཆེ་བའི་རྒྱུད།
 དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་དག་བྱེད་ལ།
 བརྟན་དང་སྦྱུམ་དང་གསལ་དང་མགྲོགས།
 དག་ཅིང་ཤེས་རབ་ཆེ་ལྷན་པ།
 ས་སོགས་ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་བཤད།
 མདོར་ན་རྒྱུད་ནི་རྟོག་པ་སྟེ།

གཡོ་དང་ཕྱ་དང་གཞན་སྦྱོང་བྱེད།
 སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པ།
 རོ་པོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་ཆེན་པོ།
 གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་ཆེན་ནི།
 ཡང་དག་རྟོག་པའི་འདུ་བྱེད་བཤད།
 ཀུན་གཞི་ལ་གནས་ཉན་ཡིད་ནི།
 གཏི་མུག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱང་དུ་བཤད།
 འདུ་བྱེད་ཡེ་ཤེས་སྤང་ཆ་ལ།
 གཞན་རྟོག་ཆགས་པའི་རྒྱང་ཞེས་བྱ།
 རྣམ་ཤེས་རྒྱང་དོར་དཔྱེད་པའི་རྒྱང་།
 ཞེ་སྤང་རྒྱང་ཉེ་དེས་བསྐྱེད་ནས།
 ཁམས་གསུམ་རྒྱང་གིས་འདུ་བྱེད་ཅེས།
 གསུངས་པས་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་ཀུན།
 རྒྱང་བརྟེན་དེ་ལྟར་རྟོགས་བྱས་ནས།
 རྒྱང་གི་སྦྱོར་ཤེས་པ་རོལ་འགོ།
 རྒྱང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་བྱེད་ལ།
 དེ་གཙོད་བྱེད་པའང་འགྲུབ་པར་འགྱུར།
 སྤྱི་ནང་རྒྱང་མིང་བྱེད་ལས་ཀུན།
 རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱད་ལས་གསུངས་པ།
 འདིར་ནི་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན།
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས།
 རྒྱང་གི་རྒྱ་ཚུལ་བསྟན་པ་ཉེ་བཞི་པའོ།

[[ལྷ་པ། ཐིག་ལེ་གསུམ་བཤད་པ]]
 དེ་ནས་ཙུང་དང་རྒྱུད་བརྟན་ནས།
 ཐིག་ལེ་གནས་དང་རྒྱ་རྩེལ་ནི།
 ཙུང་བ་སྤྱོད་བྲལ་ཐིག་ལེ་དང་།
 འབྲུལ་པ་མ་རིག་ཐིག་ལེ་དང་།
 དེ་ཡི་གཉེན་པོ་ཐིག་ལེ་གསུམ།
 དང་པོ་རང་སེམས་ལྟན་ཅིག་སྤྱོད།
 རོ་པོ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་བྲལ་རྟེ།
 རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས།
 འགག་མེད་ཐུགས་རྗེ་ཅིར་ཡང་འགྲུབ།
 དེ་གསུམ་རྟགས་ནི་ད་ལྟ་ཡང་།
 ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་བ་དང་།
 དབྱིངས་རིག་རྟགས་བརྩམས་པ་དང་།
 དུལ་སྤྱོད་རྩལ་པ་འབྱིན་པ་རྟེ།
 གསུམ་པོ་སྤྱོད་མེད་དུལ་རྟགས་རྟེ།
 དུལ་ཅན་དེར་འབྲེལ་ཤེས་པ་ལོ།
 དེ་ནི་རྟགས་བྲལ་མ་འབྲུལ་བ།
 ཙུང་བ་སྤྱོད་བྲལ་ཐིག་ལེ་ཡིན།
 རྒྱུས་པར་མདོ་རྒྱུད་ཀྱན་ནས་གསུངས།
 འབྲུལ་པ་མ་རིག་ཐིག་ལེ་ནི།
 མ་རིག་འདུ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་ལས།
 ཀྱན་བརྟགས་མིང་གཞི་ལས་བརྒྱུར་བ།
 བརྟགས་པ་སྤྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དང་།
 གཞན་དབང་ཡིད་ཀྱི་རྩལ་པ་ལ།
 རྒྱུད་གི་ཐིག་ལེ་ཞེས་སུ་བཤད།

ཡུལ་སྤངས་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ།
 ཁམས་ལྷ་རྩལ་གྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས།
 རྒྱལ་བས་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་དུ་གསུངས།
 དེ་ལ་རྩལ་གྱི་ཐིག་ལེ་ལ།
 ཕྱི་ནང་གཉིས་ཏེ་ནང་གི་དོན།
 དང་པོ་སྐྱེ་བར་སྦྱར་བའི་ཆོ།
 བར་དོ་ཤེས་པའི་རོ་བོ་དེ།
 ས་མའི་སྐྱེན་ལས་ཞེན་པ་ཡིས།
 ཁམས་འགྱུར་གོང་དུ་བསྟན་པ་བཞིན།
 ད་ལྟ་གནས་ཆོ་དངས་སྟིགས་གཉིས།
 རྒྱུད་སེམས་དངས་མ་སྤར་བསྟན་ལ།
 ཐིག་ལེའི་དངས་མ་དཀར་དམར་གཉིས།
 དཀར་ཆ་དབུ་མའི་ཡར་སྤྲོ་ན།
 ཏྲི་གི་རང་བཞིན་ཡུངས་དཀར་ཅམ།
 དཀར་ལ་སྦྱུ་མ་པ་ཤེལ་དང་མཚུངས།
 ས་ལས་ཐོབ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག།
 དམར་ཆ་ཆ་གསུམ་འདུས་པ་ན།
 དམར་གསལ་ཆོད་མའི་མེ་འདྲ་བ།
 ཨ་ཕུང་པག་མོའི་རང་བཞིན་ཏེ།
 དབྱིད་དང་ཐིག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་བཤད།
 དེ་གཉིས་ཀུན་གཞི་སྟོན་རྒྱུད་ཏེན།
 ཕུང་རྒྱུ་སྟིང་པོའི་རོ་བོ་ཞེས།
 སྟོན་འབྱུང་རྩི་རྩེ་མཁའ་འགྲོར་གསུངས།
 དེ་བསྟན་སྟིགས་ཀྱང་དངས་སྟིགས་གཉིས།
 དམར་ཆ་མེས་སྐྱེད་གྱེན་འགྲོ་ལ།

དཀར་པོ་སྤྱི་པོ་ནས་འག་འགོ།
 དང་པོ་སྤྱིན་སྤྱིག་རྒྱས་བསྐྱེད་པ།
 སྤྱི་རོལ་ཟས་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས།
 བསྐྱེགས་རྩལ་ལག་པ་དག་འབྱུགས་ཏེ།
 ལར་ནི་ཕུང་པོའི་སྣ་ལ་མཆོད།
 མོ་བར་ལས་བྱེད་སྣ་གསུམ་སྟེ།
 མེ་མཉམ་རྒྱང་དང་བད་ཀན་ནི།
 རྒྱགས་བྱེད་མཁྲིས་པ་འཇུ་བྱེད་གསུམ།
 བསྐྱེགས་བཞུ་སྦྱངས་ནས་དེ་ཡི་དྲངས།
 མཆིན་པར་ཅ་ཆེན་དག་ལ་བརྒྱད།
 ལྷག་ཆེན་གྱུར་ནས་ཅ་ཀུན་འགོ།
 ལྷག་གིས་ཤ་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཆོལ།
 རུས་པ་རྒྱང་དང་ཁུ་བ་སྟེ།
 ལུས་བྱངས་དངས་མ་བདུན་ཞེས་བྱ།
 མོ་བའི་སྟྭགས་ལས་སྐྱ་སྐྱ་གཉིས།
 སྐྱ་བ་རྒྱ་མར་བརྒྱད་ནས་འགོ།
 སྐྱ་བ་རྒྱ་སྟྭགས་ནས་སོང་ནས།
 རྒྱང་པ་ནས་ནི་འབབ་པར་བྱེད།
 ལྷག་སྟྭགས་མཆིན་ལས་མཁྲིས་པ་ནི།
 བསྐྱེད་ནས་དེ་སྟྭགས་འག་དུ་འགོ།
 མཁྲིས་པའི་སྟྭགས་རྒྱའི་ཀྱ་ཡ་དང་།
 དྲི་ཆེན་དྲི་དང་སེར་པོ་བྱེད།
 ཤ་ཡི་སྟྭགས་མ་སྤྱགས་དྲི་མ།
 ཆོལ་སྟྭགས་ཆེན་བྱར་འགྱུར་བ་སྟེ།
 རུས་སྟྭགས་སོ་དང་སེན་མོ་ཡིན།

ཀླུ་ལྷ་གསུམ་གྱི་མཆིལ་སྒྲུབ་སྐབས་བཤད།
 ལུ་བའི་སྒྲིགས་མ་འོག་དུ་འབབ།
 དངས་མ་སྒྲིབས་དང་ཁ་དོག་བྱེད།
 དེ་ནི་སྒྱི་ཅམ་བཤད་པ་ཡིན།
 རྒྱས་བཤད་ཁམས་ནི་སྤྲུལ་ཅུ་དུག།
 བཞི་ནི་མིག་སོགས་ཤེས་པ་དང་།
 འབྲེལ་པ་མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་བྱ།
 བདུད་བྲལ་ནས་བྱུང་ཁམས་དེ་ནི།
 སྒྲིང་འགྲོ་ལྷེ་རྒྱུད་དབུས་སུ་བྱག།
 རྒྱ་དེས་ནག་སྒྲིགས་དང་མཐུན་བཤད།
 འདི་ཡང་རེག་བྱའི་སྒྲིགས་གཅིག་འཛིན།
 ཆ་བའི་རྒྱུད་ལྷ་དང་འབྲེལ་བ།
 སྒྲུང་བཤད་འདིར་ཡང་དབུ་མའི་ཆ།
 སྒྲིང་དུ་རྒྱུད་གསུམ་འོག་སྒྲིགས་སུ།
 དེ་རྒྱུ་བ་རྣམ་གསུམ་བཞེན།
 ལྷ་དང་པར་མར་སྒྲུང་ཅན་མ།
 བཅོ་ལྷ་ཆ་ཡི་ཐིག་ལེ་ནི།
 གང་བ་བདེ་བ་སྒྲིབ་པའི་རྩ།
 རོ་མས་ཁྲག་གི་ཁམས་འཛིན་པས།
 རྒྱུས་པ་བྱུང་མེད་ལྷ་དང་པར་བྱེད།
 དབང་མཆོག་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ།
 འདི་ནི་ཁ་སྒྲུར་ཐིག་ལེ་ལས།
 སྒྲིགས་བཞི་འདབ་མའི་རྩ་གནས་པ།
 འབྱུང་བ་ཆེ་རྣམས་མར་མའི་དངོས།
 ཆོམས་རྩར་བདུད་རྩི་ལྷ་འབབ་གནས།

དེར་བརྟེན་མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་བཤད། །
 འདི་ནི་ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་དབུས་སུ། །
 ཚ་ལུ་པོ་ནི་ཡང་དག་གནས། །
 རྒྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །
 ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ཉེ་བར་བཟོད། །
 གནས་སོགས་བྱེ་བྲག་ལ་བརྟེན་ནས། །
 གནས་གནས་སུ་ནི་ཉེ་བར་བཟོད། །
 དེ་ནས་དེ་རྣམས་ལས་བྱུང་བ། །
 ཁམས་ནི་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་པོ། །
 རྒྱར་བཤད་ཙུ་དང་བཅས་པ་ནི། །
 མི་བྱེད་པུ་སྒྲི་ར་ཡིན་ཏེ། །
 སོ་དང་སེན་མོ་འབབ་པར་བཟོད། །
 སྤ་མོ་རྒྱ་ལན་རྩ་ར་ཉི། །
 དེ་བཞིན་སྒྲ་དང་བ་སྤུ་འབབ། །
 ཚེ་བ་མ་ནི་ཨོ་ཏུ་ན་ཏེ། །
 ར་གཡས་བརྟེན་ཏེ་པགས་པ་འབབ། །
 གཡོན་པ་མ་ནི་ཨུ་ཏུ། །
 རྒྱབ་སོགས་ཤ་རྣམས་འབབ་པའོ། །
 དཀར་ཆ་རྟག་ཏུ་གནས་པས་གནས། །
 ལོ་ཏུ་མ་རྩི་བྱུང་བ་མ། །
 རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཁམས་རྣམས་འབབ། །
 རྒྱ་མི་ཤུ་ར་ཏུས་སྤུ་ལ་སྐྱེས། །
 ཏུས་པའི་ཐེང་བ་འབབ་པ་ཡིན། །
 དེ་ལྷི་ཀོ་ཏེ་སྒོ་མ་པ་མོ། །
 མཆིན་པའི་ཤ་ཀུན་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །

དབང་བསྐྱར་མ་ལུ་མ་ཞེས་བྱ།
 སྒྲིང་གི་ཤ་བསྐྱེད་བྱེད་པ་སྟེ།
 ཏྲག་ཏུ་ཉེ་བའི་གནས་ཞེས་བཅོམ་པ་ཡིན།
 སྒྲིན་མ་ཞེས་བྱ་གྲོ་ཏུ་སྟེ།
 མིག་འབྲས་ཤ་རྒྱུ་མས་འབབ་པ་ཡིན།
 མཐུག་མ་ཨོ་འི་ཡ་ཡིན་ཏེ།
 ཏུ་མཚམས་ནས་བརྒྱུད་མཁྲིས་པ་བསྐྱེད།
 མ་མོ་ཏི་ཤ་ཀྱ་ན་སྟེ།
 སྟོ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལོ།
 མཚན་མོ་ཞེས་བྱ་གོ་ཤ་ལ།
 རྒྱ་མའི་མེད་བ་འབབ་པར་བྱེད།
 ཡོངས་སྒྲིབ་ཞིང་དང་ཉེ་ཞིང་བཅོམ་པ་ཡིན།
 བསེལ་སྒྲིབ་ཀ་ལི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།
 སྟེ་བྱར་ནས་འབྲེལ་གྲོད་པ་བསྐྱེད།
 ཚ་བ་མ་ནི་ལམ་སྤྲ་ཀ།
 སྟོ་བ་གཉེ་མ་བསྐྱེད་པ་ཡིན།
 གཞོལ་མ་ཀློང་བཤད་པ་སྟེ།
 བཤད་བ་འབབ་པའི་བདག་སྟེན་བྱེད།
 རངས་མ་ནི་མུ་ལ་ཡ་སྟེ།
 མཚམས་དབུས་འགེབས་པའི་རྒྱུངས་པ་འབབ།
 དངས་སྒྲིགས་འདྲེས་པར་གནས་པས་ན།
 ཚེ་ཉེ་བའི་རྩ་རྩོམ་བཤད།
 བྲེ་ཏུ་རྒྱ་ར་གཟུགས་ཅན་མ།
 ཏྲག་ཏུ་ནག་ནི་འབབ་པ་ཡིན།
 གྱི་ཏུ་དེ་བ་ཐུན་མོང་མ།

བད་ཀན་འབབ་པར་བྱེད་པའོ།
 རྒྱ་རྒྱུན་སྒྲིལ་ཕྱིན་སྟེ།
 འཕག་གི་ལུས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
 ལྷ་ཁྲི་པ་སྦྱོར་བྲལ་མ།
 ཏྲག་རྩ་རྩལ་ནི་འབབ་པར་བྱེད།
 དངས་སྟིགས་འདུ་དང་ཉི་འདུར་གསུངས།
 རྒྱ་ལྷ་ཞེས་བྱ་ན་གར།
 ཆེལ་ནི་འབབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན།
 འབྲུབ་མ་ཞེས་བྱ་སེན་རྒྱར་བརྩོད།
 མཆི་མ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།
 མ་རྩ་ཞེས་བྱ་འཆོད་མ་སྟེ།
 ལུང་པ་མཆིལ་མ་བསྐྱེད་ཅིང་འབབ།
 ལྷ་ལྷ་ཏ་ནི་ཡིད་བཟང་སྟེ།
 ཏྲག་རྩ་སྒྲ་རྒྱ་འབབ་པ་ཡིན།
 བདེ་མེད་རུར་ཁྲོད་དེ་ཉི་བའོ།
 དེ་ལྟར་ཁམས་ནི་ཉི་ཤུ་བཞི།
 ཐིམ་པ་སྟིགས་མར་གྱུར་པ་སྟེ།
 ལོངས་སྦྱོད་དངས་མ་ཀར་ཆ་ཡིན།
 བདག་པོ་ཙ་བ་རྒྱང་འཕག་འདྲིས།
 རེ་རེའང་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་གསུམ་སྟེ།
 རྒྱང་དང་དཀར་དམར་གསུམ་བདག་ཉིད།
 བ་སྐྱེའི་མཐར་ཐུག་ཀྱན་རུ་བྱལ།
 ལུང་པར་དངས་མ་ཟླ་བ་ནི།
 སྦྱོ་བོ་ནས་ནི་བརྩུ་བྱུག་ཙ།
 ཁམས་བཞི་ལྷན་པ་མགྲིན་པར་འབབ།

བརྩ་བྱག་ཕྱེད་ཕྱེད་ཐིག་ལེ་ཅན། །
 མེ་ལ་གཅིག་ཏུ་འབབ་པས་ན། །
 དུང་ཅན་མཐར་ནི་འཇག་པར་བྱེད། །
 ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་དགའ་བས། །
 ཆགས་བསྐྱེད་མོངས་བྱས་སྤང་སེམས་སྐྱེ། །
 འཁོར་བར་བསྐྱེད་བྱེད་གཞིར་གྱུར་ཏོ། །
 རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ཐབས་ལྡན་པས། །
 འཇག་བྲལ་དདུལ་ཅུ་ལྟ་བུར་ནི། །
 ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་གྱི་མེས་བཅིངས་ན། །
 རྒྱལ་མཆན་རྩ་བཞི་དག་པ་བྱ། །
 འགག་པས་བདེན་མཐོང་དོན་ལ་སྦྱོར། །
 རྗེས་དྲན་བརྩ་བྱག་དང་ལྡན་པས། །
 བརྟེན་བྱས་གྱེན་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན། །
 ས་ནི་བརྩ་གཉིས་རིམ་པ་ལྟར། །
 ཐོབ་བྱེད་དགའ་བ་བརྩ་བྱག་ནི། །
 མཐར་སོན་རྟེན་འབྲེལ་བརྩ་གཉིས་དག། །
 ལུས་ཀུན་མཆན་དཔེའི་མེ་ཏོག་རྒྱས། །
 རྒྱད་ཅིག་མངོན་པར་བྱང་རྒྱབ་ཞེས། །
 བཅོམ་ལྡན་དེ་ཉིད་གཟིགས་པས་གསུངས། །
 སྤྱིགས་མ་ཕལ་ཆེར་ནད་བསྐྱེད་པ། །
 ལྷད་པ་དཀར་ཆ་བད་ཀན་ཏོ། །
 སྤྱིང་དུ་གནས་ཀྱང་ས་རྒྱ་ཡི། །
 རང་བཞིན་ཐུར་ལ་འབྱུང་བ་སྟེ། །
 སྟེ་བ་གསང་བ་རྒྱང་རང་བཞིན། །
 འོག་ཏུ་གནས་ཀྱང་གྱེན་ལ་འགྲོ། །

འགྲིས་ཁྲག་མཆིན་བརྟེན་བར་གནས་ཀྱང་། །
 རྒྱང་ལྡན་མེ་བཞིན་གྱེན་དུ་འབར། །
 བད་ལྡན་རྩ་བཞིན་འོག་དུ་འགོ། །
 བད་ཀན་གཏི་མུག་ལྡན་པ་སྟེ། །
 མཁྲིས་པ་ཞེ་སྤང་ལྡན་ཅིག་ཉིད། །
 རྒྱང་དང་ཆགས་ལྡན་ཀྱན་གྱི་གྲོགས། །
 རྩ་མེ་རྒྱང་གསུམ་ནད་ཡིན་ཏེ། །
 ལུས་ལ་ནད་བྱེད་སེམས་ལ་ཡང་། །
 བདེ་དང་རྟོག་དཔྱད་རྟོག་པ་གཡོ། །
 གསུམ་གྱིས་བསམ་གཏན་སྟོན་ཡིན་ལ། །
 དེ་ཡི་རྩ་ཡིས་འཇིག་རྟེན་འཇིག། །
 མཁའ་དང་ས་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི། །
 བརྟེན་བྱེད་སྟོན་ནི་མེད་པ་ཡིན། །
 དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི། །
 གནད་ཤེས་གསུམ་པོའི་སྟོན་གཞིམ་བྱ། །
 དེ་ལྟར་རྣམ་སྤྲུགས་རྒྱང་གསུམ་གྱི། །
 ཐིག་ལེ་མ་རིག་དང་འབྲེལ་བས། །
 འཁོར་བ་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་སྟེ། །
 ཐབས་གྱིས་ཟློན་པས་གཉེན་པོར་བཤད། །
 སྟོམ་པར་བྱེད་པའི་རྩ་མཆོན་ཡང་། །
 བཅོམ་ལྡན་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཡིས། །
 དུན་རིངས་ཆགས་ཆེན་དབང་སོང་བས། །
 སྲིད་པ་གསུམ་དུ་སྐྱེས་པ་ནམས། །
 དེ་དག་གོལ་བའི་དོན་དུ་ནི། །
 རྣམ་གྱི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན། །

ཞེ་སྒྲུང་ཆེན་པོའི་དབང་སོང་བས།
 མི་གང་མི་སྤྱན་པ་ཡི་ལུས།
 དེ་རྣམས་ལྷུང་དུ་གྲོལ་དོན་དུ།
 སྤྲུགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན།
 གཏི་ལུག་ཆེན་པོས་ཀྱན་ནས་འབྲུལ།
 སྤྱིད་སྦྱོབ་དངོས་བྱུང་འབྲས་བྱ་བརྒྱད།
 ཐོབ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་འབྲས་བྱ་ནི།
 རྒྱང་གི་ཐིག་ལེ་གསུངས་པ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་ཆ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་གསུམ།
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་སྤྲང་བ་ནི།
 རྟེན་གྱར་དོ་རྩེའི་ལུས་ཞེས་གསུངས།

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལས་ཐིག་ལེ་གསུམ་བསྟན་པ་སྟེ་ལྷ་པོ།

[[དུག་པ། རྣམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་དང་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་འབྲེལ་བ]]

དེ་ནས་རྣམ་ཤེས་སོགས་འབྲེལ་བ།
 མདོར་བཟུས་རགས་པ་བཤད་པར་བྱ།
 ཐོག་མར་བསྐྱེད་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད།
 གནས་དུས་གནས་སྐབས་བཞི་ཡིན་ཏེ།
 གཉིད་དང་མི་ལམ་སྟོམ་འཇུག་དང་།
 ཐ་མལ་དུས་དང་རྣམ་པ་བཞི།
 མ་དག་སྐྱབ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཡིན།
 དབྱེ་བ་རྣམ་པ་མང་བཤད་ཀྱང་།
 གཉིད་དུས་ཀྱན་གཞི་གཙོ་བོ་སྟེ།
 སྤྱིང་ཁ་ཚས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་གནས།
 ཚོགས་དུག་མི་གསལ་གཅིག་དུ་བཟུས།

དག་ན་འོད་གསལ་འབྲས་བྱ་ནི།
 མེ་ལོང་ལྟ་བུ་ཞེས་ཀྱང་བྱ།
 ཆོས་སྐྱོས་བྲལ་ངོ་བོ་ཉིད།
 བག་ཆགས་བརྟེན་ཀྱང་མི་གསལ་ཞིང་།
 འདུ་བྱེད་གཡོ་བའི་རྒྱུ་ཡོད་ཕྱིར།
 མ་རིག་དྲི་མ་ཅན་ཞེས་བྱ།
 གང་ཟག་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ།
 ཅིག་དང་བྱེད་དང་གཉིས་དང་གཉིས།
 རིམ་པར་གཉེན་པོའི་ཤེས་པ་སྟེ།
 དེས་སྦྱངས་ཐེག་གསུམ་སོ་སོ་ཡི།
 རྒྱུ་མཐའ་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཡིས།
 དྲི་བཅོམ་དག་པ་གསུམ་ཐོབ་གསུངས།
 དེ་ཕྱིར་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པའི།
 ཉིན་མཆན་གཉིས་ཀྱི་འོད་གསལ་སྟོམ།
 རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྟ་སྟོང་པ་ཉིད།
 དུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་རོལ་པར་བྱ།
 གཉིས་པ་མི་ལམ་ཤེས་པ་ནི།
 བག་ཆགས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཡིད།
 སྟོག་རྒྱུང་འདུ་བྱེད་བཅས་ཏེ་ལངས།
 རྩ་གནས་བརྒྱུད་དེ་གཟུང་དང་འཛིན།
 གཉིས་སྤང་འབྲལ་པར་བྱེད་པ་ཡིན།
 དག་ན་ལོངས་སྟོང་རྫོགས་པ་སྟེ།
 གསལ་ལ་མ་འདྲིས་སྟོང་པར་གནས།
 མ་དག་འབྲལ་པའི་སྤང་བ་ཡང་།
 སྟོང་སོང་སྟེ་བོར་ལྟ་ཡུལ་དང་།

མཁའ་སྒྲུང་མཐོར་ཕྱིན་གྱིན་དུ་འགྲོ།
 གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་མ་འདྲེས་འཆར།
 འོག་འགྲོ་དཔྱལ་སོགས་སྒྲུང་བ་དང་།
 སྒྲུང་འགྲོ་བྲག་རོང་ཐིབས་པོ་དང་།
 ཕུན་ཁུང་སོགས་འཆར་སྒྲུང་བ་འབྱུང་།
 བར་དུ་གླིང་བཞི་ས་སྟིང་སྟི།
 མདུན་གཡས་རྒྱབ་དང་གཡོན་སྟོགས་སུ།
 ཤར་སྟོ་ལུབ་བྱང་སྒྲུང་བ་འབྱུང་།
 རྩ་གནས་ཡངས་ལ་ཡངས་པར་སྒྲུང་།
 དོག་ལ་དོག་སྒྲུང་དེ་བཞིན་དུ།
 ཁམས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཡུལ་དེར་ཡང་།
 རྒྱང་ལ་རྒྱས་དང་གོས་སྟོ་ནག།
 བྱ་ནག་འབྱུར་དང་རྩ་ཞོན་དང་།
 རྩ་བུ་སྟོ་དང་རིག་པ་དངས།
 ཡང་ན་མི་བརྟན་དུ་མ་འཆར།
 འཁྲིས་ཁྲག་གནས་སོང་མེ་དང་ནི།
 གོས་དམར་ས་དང་གསེར་སྒྲུང་དང་།
 བཅུན་པ་དེ་བཞིན་སྒྲུ་ཆོགས་སྒྲུང་།
 བད་ཀན་དཀར་ཆའི་གནས་རིག་ན།
 རྩ་དང་ཁ་བ་ལུ་ཉིག་དང་།
 གོས་དཀར་བྱད་མེད་སྒྲུང་པོ་དང་།
 དདུལ་སོགས་དུ་མ་སྒྲུང་བ་སྟེ།
 རི་ལྗར་རྩ་རྒྱང་ཁམས་ཀྱི་རིམ།
 བག་ཆགས་ལ་བརྟེན་སྒྲུང་བ་ནི།
 རྒྱལ་བས་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱད་གསུངས།

དེ་མྱིར་ནལ་འཁྱོར་བསྐྱོམ་པ་ན།
 གང་གང་ཙུ་ཁམས་བག་ཆགས་ནམས།
 དག་དང་མ་དག་འདིས་ཤེས་ཤིང་།
 བར་དོ་ཕྱི་མའི་འཕོ་བ་ཡི།
 ལྷང་བའི་ཆོད་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན།
 དེ་མྱིར་ཡེ་ཤེས་ཐུག་ཆུ་བཅིང་།
 དེ་སོགས་ཆུ་འབྲས་དུ་མ་ནམས།
 འདིར་ནི་རྒྱས་པར་མ་བསྟན་ཏོ།
 འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་འཁོར་བ་སྟེ།
 མ་འབྲུལ་མི་ལམ་གཉེན་པོ་ཡིན།
 དེ་མྱིར་རྒྱལ་སྤྱུ་ས་བརྩུ་ལ།
 མི་ལམ་བསྟན་པ་མདོ་ལས་གསུངས།
 དེ་རྒྱ་ཟག་མེད་ཁམས་བབྱང་ཕྱིར།
 བཅོམ་ལྡན་མི་ལམ་བྲལ་བ་སྟེ།
 ཟག་མེད་འདུ་བྱེད་རྒྱུན་བྲལ་ཕྱིར།
 ལྷོམས་འརྒྱལ་ཆགས་བཅས་དེ་ཆོ་ནི།
 དགའ་བཞི་གོ་རིམ་ནམ་ཤེས་ལྡན།
 འདོད་མེད་དང་པོ་སྤྱི་བོ་སྟེ།
 གཉིས་པ་མགྲིན་པར་གསུམ་པ་ན།
 ལྷེ་བར་ནམ་ཤེས་འདུས་པ་ཡིས།
 མེ་དང་ལྷ་བ་གཉིས་འདྲེས་ཆོ།
 དུང་ཅན་ནང་དུ་ལྷན་སྦྲེས་ཐྱོང་།
 དེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཤེས་པ་སྟེ།
 ཆོགས་བརྒྱད་མ་འགགས་སོ་སོར་གསལ།
 བདེ་ལ་མི་རྟོག་ཉོན་མོངས་མིན།

དེ་མྱིར་ཡེ་ཤེས་སྤྲུལ་ཞེས་བརྗོད།
 དག་ན་ཐམས་ཅད་དེ་ཉིད་མྱིར།
 འགག་མེད་འཇོག་བྲལ་སྟོང་དང་ལྷན།
 ཀུན་འགྲོ་ཀུན་བདག་གནད་ཏུ་བསྐྱུན།
 མ་དག་འབྲུལ་པ་སེམས་ཅན་རྣམས།
 སྐད་ཅིག་བདེ་ཆེན་མི་ཤེས་པས།
 རང་ལ་གནས་པ་གཞན་ཏུ་བབྱང་།
 བདེ་ཉམས་དུག་གསུམ་བསྐྱེད་བྱེད་ཅིང་།
 མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་འཁོར་བར་རྒྱ།
 དང་པོ་དགའ་ལྷན་འདོད་ཆགས་ཡིན།
 བར་མ་མ་རྟོགས་གཏི་ཟུག་སྟེ།
 རྗེས་ལ་ཆགས་བྲལ་ཞེ་སྤང་སེམས།
 བདེ་འདོད་རང་ཆགས་སེར་སྤྲོ་དང་།
 སྤག་དོག་ཀུན་བསྐྱེད་མི་དགེ་སྟོང་།
 དེ་ཡིས་རན་འགྲོ་ཀུན་བསྐྱེད་བྱེད།
 དེ་ལས་ཅུང་ཟད་ལོག་བྱས་ནས།
 རང་གཞན་པོ་འདོད་སེར་སྤྲོ་དང་།
 སྤག་དོག་ཆགས་པ་དོར་བྱས་ནས།
 སྤྱིན་དང་ལྷན་ཞིང་ཁོ་བ་དོར།
 རྩལ་ལྷན་བདེ་འདོད་མཐོ་རིས་སྟེ།
 འདོད་སྟེད་བཅད་ནས་བསམ་གཏན་གྱི།
 བདེ་ཆོལ་གཞུགས་དང་གཞུགས་མེད་ལོན།
 དེ་ཡང་སྤར་ལྷར་རོ་སྟོང་ནས།
 ཆགས་ལྷན་དུག་གསུམ་དབང་གིས་འཁོར།
 སེམས་སྤྲུལ་ཤེས་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི།

ཆགས་སོགས་མཐོང་སྒྲོམ་གྱིས་བཅོམ་ནས།
 ཟུང་ན་འདའ་སྲིད་དེ་ཐོབ་པ།
 དེར་གནས་ཉན་རང་ཞེས་བརྗོད་དོ།
 སྲིད་དང་ཞི་བ་གཉིས་ཀ་ལ།
 སྲིད་སྤངས་འཇག་མེད་དབང་ཐོབ་པ།
 རྩོམ་ཐོག་པར་གསུངས་པ་ཡིན།
 དགའ་བཞིའི་རོ་བོ་གོ་རིམ་དང་།
 དབྱེ་བ་འཇག་སྒྲིན་བཅིང་ཐབས་དང་།
 བཅ་ཡོན་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།
 རྒྱ་འབྲས་ལྷགས་འབྲུང་ལྷགས་བརྒྱུག་ཀྱང་།
 རྒྱལ་བས་སྤྲ་མེད་རྒྱད་རུ་གསུངས།
 དེ་ཕྱིར་ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཅིང་།
 འདིར་ནི་རྒྱས་པར་མ་བྲིས་སོ།
 ཐ་མལ་རུས་གྱི་ཤེས་པ་ནི།
 ཀུན་གཞི་ཉོན་ཡིད་འདུ་བྱེད་གྱིས།
 སྤར་བཤད་རྒྱུན་བཞི་ཉེར་སྦྱོར་བས།
 མིག་སོགས་རྣམ་ཤེས་རྒྱག་པོ་རྣམས།
 དབང་པོ་རྒྱག་དང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ།
 གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྒྱག་རྣམས་སུ་སྤང་།
 བདེ་རྒྱག་བཏང་སྒྲོམས་ཚོར་བ་གསུམ།
 ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གཏི་ཕྱག་བརྒྱེད།
 དེ་མ་ཐག་པའི་ཡིད་གྱིས་བྲེད།
 ཀུན་གཞིའི་སྤྲིང་བཞག་ཡང་འདུ་བྱེད།
 འདི་ཉིད་དག་པར་ཡེ་ཤེས་གསུམ།
 ཡིད་ནི་མི་གཡོ་མཉམ་ཉིད་དེ།

ཀུན་རྟོག་དག་པ་སོ་སོར་རྟོག།
 སྒོ་ལའི་ཡུལ་ནམས་བྱ་བ་བྱུབ།
 སྒྲིབ་པ་མཐོང་སྤངས་བསྒོམ་སྤངས་ཏེ།
 གཉེན་པོ་མོས་དང་བདག་མེད་དང་།
 ཉིང་འཛིན་སྤྱིང་རྩེ་ནམ་པ་བཞི།
 དེས་སྤྱངས་སྤུལ་སྤྱས་འགྲོ་དོན་མཛད།
 ཡིད་དང་མི་ལམ་གཅིག་པའི་ཕྱིར།
 མངས་སྤྱར་བཅོལ་དེ་འབྲས་བྱ་ཡིན།
 རྒྱས་པར་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དུ།
 གསུངས་ཕྱིར་འདིར་ནི་བསྐྱས་པ་ཡིན།
 དེ་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཅིང་།
 གནས་སྐབས་བཞི་དང་འབྲུལ་པ་དང་།
 མ་འབྲུལ་ཡེ་ཤེས་ལམ་རིམ་དང་།
 ཕྱག་རྒྱ་བཞི་དང་སྐྱ་བཞི་སྟེ།
 འབྲེལ་བའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཡིན།

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་ནམ་པར་བཤད་པ་ལས་ནམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་གཞི་ལམ་
 འབྲས་བྱའི་འབྲེལ་བ་བསྐྱར་པ་སྟེ་རྒྱག་པ་ལོ།

[[བདུན་པ། ཁམས་གསུམ་ལྷས་ལ་སྤྱར་ནས་བཤད་པ]]

དེ་ནས་རི་ལྷར་ནང་གི་ལྷས།
 ཕྱི་རོལ་རི་བཞིན་གནས་པ་ནི།
 ཁམས་གསུམ་ནང་གི་བདག་ཉིད་དེ།
 སྤྱི་བོ་ནས་ནི་སོར་བཞི་བོ།
 གཞུགས་མེད་གནས་ཏེ་དེ་འོག་དུ།
 སོར་ནི་བཅུ་དྲུག་གཞུགས་ཁམས་ཉིད།

དེ་ལོག་འདོད་ལྟ་མིར་བཅས་པ།
 རྟེ་བ་ནས་ནི་རྒྱང་མཐིལ་བར།
 ལྟ་མིན་སྤྱད་དང་ཡི་དྲགས་དང་།
 དཔྱལ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་གནས་རིམ་གསུངས།
 རྒྱང་ལག་ཆོགས་གསུམ་རིམ་པ་ལྟར།
 རྒྱང་མི་རྒྱ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན།
 རྒྱང་ནི་ས་རྟེ་སྤེལ་ཆོགས་ནི།
 རི་རབ་དེ་བཞིན་རི་བརྒྱན་ནི།
 བརྒྱ་དང་རྩེ་རར་དེ་ལོག་ཅུས།
 དཔྱད་པ་ལག་རར་ལག་པ་དང་།
 སེན་མོའི་བར་དུ་རིམ་པ་ལྟར།
 སྟོན་པོ་མན་རྒྱ་ར་མཆན་མོ།
 རོར་བྱར་བྱེད་དང་བྱེ་བོ་དང་།
 ཁ་བ་ཅན་དང་རྩོུ་རྩེའི་རི།
 སྤྱིང་དྲུག་ནང་ན་བད་ཀན་དང་།
 རྒྱ་མ་ཆོལ་སྤྱིང་མཆིན་པ་ཤ།
 རྒྱ་བ་དཀར་པོ་ཀྱ་ཤ་དང་།
 མིའམ་ཅི་དང་ཁྱང་ཁྱང་སྤྱིང་།
 དྲུག་པོའི་སྤྱིང་ནམས་རིམ་པ་རྟེ།
 རྒྱང་ལག་དུམ་བུ་བརྒྱ་གཉིས་ནི།
 འཛམ་བུ་སྤྱིང་སོགས་སྤྱིང་ཕན་བཅས།
 སྤྱ་བ་རྒྱན་དང་རྩོད་དང་དཔྱགས།
 ཁམས་བཞི་བུ་ག་ནམ་མཁའ་ཡིན།
 ཁྱ་བ་ཞག་དང་ཁྱད་པ་དང་།
 བད་ཀན་འོ་མ་མཆིལ་མ་རྩལ།

ཇི་ཆུ་ནང་གི་རྒྱ་མཚོ་བདུན།
 རྒྱང་ཅི་མར་ཞོ་ལོ་མ་རྒྱ།
 ཆང་དང་བ་ཆའི་རང་བཞིན་ནོ།
 དབང་པོ་གཟའ་དགའི་རང་བཞིན་ཏེ།
 སོ་ནི་རྒྱ་སྐར་ཆ་རྒྱ་ལོ།
 རྒྱ་མ་སྒྲིན་དང་ནང་གི་རྒྱང་།
 སྒྲིང་ཁའི་རྒྱ་ནི་ཐོག་ཡིན་ཏེ།
 རྒྱ་བའི་རྒྱ་ནི་འབྲུག་རྒྱ་གསུངས།
 སྒྲིང་ཁ་མགྲིན་པ་སྒྲེ་བ་ན།
 སྒོག་དང་ཉི་རྒྱ་སྒོག་བྱེད་མོ།
 གཞན་ཡང་སྒྲགས་པ་རྒྱ་དང་སྒྲ།
 མེ་དང་རྒྱང་གི་རང་བཞིན་ནོ།
 ལུས་སྒྲིས་སྒྲིན་བྱ་སྒྲེ་གནས་བཞི།
 ཆར་ནི་ཕྱེ་རྒྱང་བདུད་ཅི་སྒྲེ།
 རྒྱན་ནས་སྐད་ཅིག་བར་གྱི་ནི།
 རྒྱས་རྒྱུར་ཐམས་ཅད་སྐར་བརྒྱན་པ་ལེ།
 རྒྱ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་སེམས་བཅས་སོ།
 སྒོག་རྒྱང་དཀར་དམར་རྒྱུར་བ་ན།
 རྒྱ་ཉི་འཇོན་པར་སྐར་བ་དང་།
 དེ་སྒོགས་རྣམ་བཤད་རྒྱ་མ་རྣམས།
 སྒྲི་ནང་གཞན་གསུམ་ཡེ་ཤེས་སྒྲ།
 རྒྱུར་ཕྱིར་དཔག་རྒྱ་མེད་པ་གསུངས།
 དེ་སྒོགས་རྣམ་འབྲེལ་རྣམས་པ་ན།
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱུར་ཤེས་པས།
 རྒྱ་ཆོགས་ཡོན་ཏན་འབྱུར་ཕྱིར་རོ།

འདིར་ནི་མདོར་བསྡུས་ཅུང་ཟད་བཟོད། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྣམས་པར་བཤད་པ་ལས། །
 མོད་ལ་སྒྱུར་བ་བསྟན་པ་སྟེ་བརྟན་པ་ལོ། །

[[བརྒྱད་པ། ཀུན་བརྟགས་གྱི་ལྟ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་]]

དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཀུན་རྟོག་ལ། །
 ཀུན་བརྟགས་ལྟ་རྣམས་བསྒྲུབ་པའི་དོན། །
 སེམས་འཛིན་སྟེ་ནང་དོན་ཤེས་དང་། །
 དབང་འབྱོར་གཞན་དོན་གཟུགས་སྟོན་སྟེ། །
 དཔལ་པོ་གཅིག་ནས་མཐའ་ཡས་པར། །
 གསུངས་པའི་ངེས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །
 དབུ་མ་ཀུན་གཞི་ཡང་དག་དོན། །
 ཡེ་ཤེས་རྒྱང་དང་ཐིག་ལེ་ནི། །
 དཔལ་པོ་གཅིག་པ་ཉི་ཅུ་ཀ་ལོ། །
 རྒྱ་གཉིས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དང་། །
 རྟེན་འོག་དཀར་དམར་བདེན་གཉིས་དང་། །
 དེ་སོགས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་པ་ལོ། །
 ལུས་ངག་ཡིད་དང་ཐིག་ལེ་རྒྱང་། །
 རྟེན་འོག་བར་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ། །
 རྒྱང་གསུམ་སོགས་སྒྱིར་ལྟ་གསུམ་ཏེ། །
 ཁམས་བཞི་སོགས་ལྡན་ཁྱབ་བྱ་བཞི། །
 ཡེ་ཤེས་ལྟ་དང་ལྟངས་པོ་ལྟ། །
 འཁོར་ལོ་རྒྱང་དང་ཁྱབ་བྱེད་བཅས། །
 ལྟ་ལྟ་བསྟན་ཏེ་དུ་མར་གསུངས། །
 རྣམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ཤེས་ཏུག།

ལྷ་བྱག་ཉོན་ཡིད་དང་བཅས་བདུན།
 མོགས་བརྒྱད་སོགས་ཕྱིར་བརྒྱད་པ་དང་།
 སྒྱིང་ཁའི་ཆ་རྒྱུང་ས་བཅུ་སྟོབས།
 དེ་སོགས་དགུ་དང་བཅུ་པ་དང་།
 ལུང་པོ་ཁམས་བཅུ་དབང་པོ་ཡུལ།
 བྱག་བྱག་དེ་བཞིན་ལས་བྱེད་པ།
 དབང་བྱག་དང་བཅས་དགྲིལ་འཁོར་ནི།
 ལྷ་ལྷ་དགུ་དང་བཅུ་གསུམ་དང་།
 ཉེར་ལྷ་སོ་གཉིས་སོ་བཞི་པ།
 སོ་བདུན་རིགས་བརྒྱ་དུ་མའི་བར།
 ཆ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་འཁོར་ལོའི་གངས།
 རྣམ་རྟོག་གངས་བཞིན་བསྟན་པ་སྟེ།
 ཞལ་དང་ལྷག་མཚན་དེ་དང་མཚུངས།
 ལུས་ལ་དགྲིལ་འཁོར་བཤད་པ་ནི།
 ཕྱི་རོལ་ཇི་བཞིན་ས་དང་ཐིག།
 དབྱིབས་དང་བཅས་པ་བསྐྱས་པ་ནི།
 ཁོ་བོས་དགྲིལ་འཁོར་སྤང་བར་བཤད།
 བན་ཚུན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དང་།
 གཡས་གཡོན་ལུས་སེམས་དཀར་དམར་དང་།
 རྟེན་དང་བརྟེན་པ་མ་ལུས་པ།
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་གསུངས།
 ཤེས་རབ་གཙོར་བསྟན་ཤེས་རབ་རྒྱུད།
 ཐབས་གཙོར་བསྟན་པ་ས་རྒྱུད་དེ།
 ཀུན་ཀྱང་གཉིས་མེད་རང་བཞིན་ཡིན།
 མིག་ནི་ཐབས་ཏེ་གཟུགས་ཤེས་རབ།

གཟུགས་ནི་ཐབས་ཀྱི་མིག་ཤེས་རབ། །
 རོ་མ་ཐབས་ཏེ་རྒྱང་ཤེས་རབ། །
 རྒྱང་མ་ཤེས་རབ་རྒྱང་ནི་ཐབས། །
 རྒྱུ་བྱ་ཐབས་ཏེ་སེམས་ཤེས་རབ། །
 བྱང་མེད་ཤེས་རབ་སེམས་ནི་ཐབས། །
 དབྱས་ནི་ཤེས་རབ་ཚྭགས་ནི་ཐབས། །
 དོན་དམ་ཐབས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ནི། །
 ཤེས་རབ་དེ་བཞིན་བརྒྱུག་པ་ཡིན། །
 དེ་སོགས་དཔག་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །
 ཁ་དོག་ཡོན་ཏན་རིམ་པ་རྣམས། །
 རྒྱང་རྒྱ་རི་རྩུབ་བརྟན་བཞིན་གསུངས། །
 དབྱིབས་སྐྱ་རྒྱང་དང་བརྗོད་པ་སྤྲུགས། །
 ཡིད་ནི་ཐོག་ལེ་རྫོགས་རིམ་བརྗོད། །
 རྒྱེ་བ་བརྒྱེད་རིམ་བརྟན་པ་སྟེ། །
 འཆི་བ་རྫོགས་རིམས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །
 ཀུན་ཏུགས་བརྒྱེད་རིམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །
 གཞན་དབང་འབྲེལ་བ་རྫོགས་རིམ་བཤད། །
 ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བརྒྱེད་རིམ་སྟེ། །
 དོན་དམ་བདེན་པ་རྫོགས་རིམ་བཤད། །
 བདེན་གཉིས་ཐབས་རྣམས་བརྒྱེད་རིམ་སྟེ། །
 དབྱེར་མེད་ཤེས་རབ་རྫོགས་རིམ་གསུངས། །
 དེ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །
 སྤྱི་དང་ནང་དང་གཞན་གྱི་རིམ། །
 ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཏུ་སྦྱོར་བ་ནི། །
 རྩ་བ་མདོར་བསྟུས་བརྗོད་པ་ཡིན། །

རི་ལྟར་ཨེ་མོ་བཤད་པ་བཞིན། །
 ཤེས་བྱ་འདིན་མེད་ངང་ཏུ་སྦྱང། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས། །
 ཀུན་བརྟགས་གྱི་ལྟ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་སྟེ་བརྟུང་པ་ལོ། །

[[དགྲ་པ། ཆོས་གྱི་སྦྱང་གཞི་དང་སྦྱང་བྱེད་བསྟན་པ]]
 དེ་ནས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་གྱི། །
 སྦྱང་གཞི་སྦྱང་བྱེད་གསུངས་པ་ཡི། །
 དེས་པ་འདིར་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །
 སེམས་ཅན་ཁམས་ནི་སངས་རྒྱས་གྱི། །
 སྦྱང་པོ་དྲི་མེད་བདེན་གཉིས་ལྟར། །
 འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་ཏུ། །
 ཀུན་རྟོག་གཟུང་འདིན་སྤང་བ་སྟེ། །
 བདེན་པ་རྩ་ཟླ་ལྟ་བུལ། །
 དོན་དམ་སྦྱང་ཉིད་བཅོ་བརྟུང་དེ། །
 བདེན་པ་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་བརྟོན། །
 དེ་རྟོགས་བྱེད་པའི་རྟོགས་པས་བསྦྱང། །
 གཉེན་པོ་སྦྱང་བྱེད་ཡིན་པར་བཤད། །
 སྦྱང་གཞིའི་གངས་བཞིན་ཆོས་ཀུན་བསྟན། །
 ཆངས་སོགས་ཀྱབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །
 རྣམ་རྟོག་གིས་བྱས་ཤེས་བྱ་ཡིན། །
 རྩ་ཞེན་ལྟར་དང་མེད་འདིན་སོགས། །
 རྩ་ཆོགས་ལྟ་བུ་ལུས་སེམས་གྱི། །
 གཟུང་འདིན་ལ་བརྟེན་འབྱུང་བར་གསུངས། །
 ཕྱི་རོལ་རྩལ་ཕན་ཕག་ན་མོ། །

ཀུན་གཞི་ཡིད་བཅས་ཡུལ་སྤང་གི།
 ཅུས་པ་མ་རྟོག་དབང་གིས་ཏེ།
 འོན་ཀྱང་བདག་སོགས་བྱེད་པ་སྟེ།
 དགག་ཕྱིར་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཡོད།
 བདག་དང་གང་ཟག་བཏགས་པར་བརྗོད།
 བདེན་པའི་རྣམས་ཀྱབ་རྒྱལ་ཅམ་མེད།
 ཡོད་ན་འབད་མེད་ཐར་པའམ།
 ཐར་མེད་སྟོན་འགྱུར་ཞེས་སུ་བརྟན།
 དེ་སོགས་སེམས་ལ་སྤང་བ་ཡི།
 སྤང་གཉེན་མཁས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་བཞིན།
 འདིར་ནི་ཡུལ་སྤང་ལུས་འདི་ལ།
 ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་ངེས་པ་ཡིས།
 སྤང་གཉེན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།
 བྱད་པར་རྩོམ་ཞེས་ལུས་ལྟན་པའི།
 སྟེས་སུ་ལོ་བརྒྱའི་རྒྱུང་རི་སྟེད།
 བསྟོམས་ན་བྱེད་བརྟན་ཅུ་བརྟན།
 ས་ཡ་བརྟན་དང་འབྲམ་ཐག་རྒྱག།
 ཡོད་པས་སྤང་གཞི་དེ་སྟོང་བའི།
 ཆོས་སྟོ་དེ་དང་མཉམ་པ་ཡིན།
 བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་རགས་རིམས་གངས།
 དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུང་རི་སྟེད།
 རྒྱ་བ་ཕྱང་འདས་ལམ་ལྟན་པ།
 གཉེན་པོའི་མཆོག་སྟེ་སྤྲེལ་མེད་རྒྱུད།
 དེ་ཕྱིར་ལོ་བརྒྱའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུང་།
 བསྟོམས་པས་ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་གྱི།

ལོ་གསུམ་ཞག་ནི་སྟོང་བརྒྱད་ཅུ།
 ལོ་གསུམ་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དབྱེ་བས།
 སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱད་གསུམ་སྟེ།
 བཤོད་པ་རིགས་དུག་རྒྱད་ཏུ་བཤད།
 ཟླ་བའི་དབྱེ་བའི་རིགས་ནམས་ནི།
 སུམ་ཅུ་ལོ་དུག་རྒྱད་ཏུ་བཤད།
 གཡས་གཡོན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི།
 དབྱེ་བས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱད།
 ཆ་རྒྱད་བརྒྱན་ཅུ་ཆ་གཉིས་ཡོད།
 འདི་ནི་མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཚོ་ཏུ།
 ཐུག་གངས་དག་པར་གསུངས་པ་ཡིན།
 ལ་ལོགས་དབྱངས་ནི་སུམ་ཅུ་དུག།
 ཀ་ལོགས་གསལ་བྱེད་དེ་དང་མཉམ།
 རྫོང་བྱེད་ཡི་གེའི་གཙོ་བོར་གསུངས།
 རེ་རེའང་རྒྱད་ཐུན་སུམ་ཅུ་སྟེ།
 སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡིན་པར་བཤད།
 ཉི་ཁྲི་གཅིག་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡི།
 རྒྱད་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྔ་པ་སྟེ།
 ཐེག་ལེ་ཚོག་དུག་གི་ཐུག་གི།
 དབྱེ་བས་ཐུང་རིང་ཤིན་ཏུ་རིང་།
 གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་དབྱངས་དུག་བརྒྱར།
 སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཆ་བའི་དབྱངས།
 ཉིན་མཚན་དབྱངས་ཀྱང་དུག་ཅུ་སྟེ།
 དེ་སྤྱིར་དབྱགས་གངས་ཞག་གཅིག་དང་།
 ལོ་གཅིག་རྒྱ་ཚོད་དབྱངས་མཐུན་ཕྱིར།

གསལ་བྱེད་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན།
 ཞིབ་ཏུ་དབྱངས་འཆར་ནང་དུ་སྟོས།
 སྒྲ་ན་མེད་པའི་རྒྱད་གྱི་ཚོགས།
 རྣམ་དབྱེ་བསྐྱུས་པར་བསྐྱན་པ་ཡིན།
 དེ་ནི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་མེད་རྒྱད།
 དེ་དག་གཙུག་པོ་ཅུང་ཟད་བཟོད།
 ལོ་གསུམ་ཞག་ལ་བརྟན་གྱིས་བཤོས།
 བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་ཙུ་བཞི་སྟེ།
 ཏུས་འཁོར་ཏུང་ཏུའི་སྟེ་གངས་ཏེ།
 ལྷག་གཉིས་ཐབས་ཤེས་བདག་ཉིད་གསུངས།
 སྒྲ་བའི་ཆ་ནི་བཙོ་ལྟེ།
 དེས་སྟེ་བརྟན་ཙུ་ཙུ་གཉིས་ཏེ།
 བདག་པོ་འབྲིག་བཅས་རྣལ་འབྱོར་མའི།
 དེས་བཟོད་རྒྱད་གྱི་སྟེ་ཅ་བཤད།
 བསྐྱུས་ན་དཔལ་མོ་སུམ་ཙུ་བརྟན།
 ཐབས་གཅིག་དང་བཅས་ལྷས་ལ་གནས།
 སྒྲ་ཕྱེད་གསུམ་གྱི་ཞག་དེ་དག།
 ལྟར་པར་ཐབས་གྱི་རྒྱད་ཡིན་པས།
 ཏུས་སྟོར་རྒྱ་བ་བརྒྱ་གཉིས་གྱིས།
 དབྱེ་བས་ལྟ་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ཡིན།
 དེ་ལ་རྒྱ་འབྲུལ་དྲ་བ་ནི།
 རྣམ་གསུམ་ཞེ་དགའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་།
 ཞེ་ལྟ་ཞེ་གསུམ་ཟུང་རྣམས་སོ།
 ཉིས་བརྒྱ་བརྟན་ཙུ་ཙུ་བཞི་ཡིན།
 དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་རྣམ་དུག་སྟེ།

དགྲ་དང་བརྩ་གསུམ་བརྩ་དགྲ་དང་།
 ཉེར་ལུ་སོ་གཉིས་སོ་བཞི་སྟེ།
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དབྱེ་བ་ཡིས།
 ཉིས་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཆ་བཞིའོ།
 ཐབས་ཤེས་དང་བཅས་གངས་རྒྱལ་སོ།
 མོད་པ་རྩོམ་ཆེ་བདུད་ཅི་དང་།
 དགྲེས་རྩོར་སོགས་རྒྱལ་མ་རྒྱད་གྱི།
 སྒྲིམ་པའི་ནང་དུ་འདུས་པར་གསུངས།
 གཤེན་རྩོམ་གཤེད་སོགས་གསང་བར་བསྟུ།
 ངག་དབང་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སོགས།
 དཔལ་ལྷན་རྒྱ་སྐར་དཀྱིལ་འཁོར་ཅན།
 རལ་འཁོར་རྒྱད་ཀྱན་ཀྱང་འདུས་ཏེ།
 བྱ་སྦྱོད་དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཡིན།
 དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུད་བཤད་དོ།
 རྩ་ཡང་དེ་བཞིན་གསུངས་པ་ནི།
 རྩེད་ག་སྟོག་ནི་དུས་འཁོར་ལོ།
 རོ་རྒྱུད་ཞབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ།
 རྩེད་གར་སངས་རྒྱས་ལྷ་མོ་བརྒྱད།
 ཡེ་ཤེས་རྣམས་ལྷ་མོ་རྣམས་དུ་བརྩོད།
 དུམ་པ་བཤད་གཅི་ཤ་དང་རྒྱུད།
 ལུ་ལག་ཡིན་ཏེ་གཙུག་ཏོར་ནི།
 རོར་བུ་གཞི་ཤིང་དང་དུང།
 ལུང་པོ་ཁམས་རྒྱལ་སངས་རྒྱས་ལྷ།
 མིག་སོགས་དྲུག་དང་ལྷ་རྒྱལ་ནི།
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ལྷ་མོར་བཅས།

ཀླང་སོགས་ལས་དབང་ཁྱོ་ལོ་བཅུ།
 རྟེ་བའི་རྩ་རྣམས་འཇིགས་མ་སོགས།
 གསུང་གི་དགྱིལ་འཁོར་རང་བཞིན་ཡིན།
 ཆོགས་ཆེན་བཅུ་གཉིས་རྩའི་འཁོར་ལོ།
 སྐྱ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་གནས་པ་ཡིན།
 སོར་ཆོགས་སྐྱ་དང་གཏུམ་མོ་རྟེ།
 བ་སྐྱ་འབྱུང་པོའི་རང་བཞིན་ནོ།
 འདོད་དང་མི་འདོད་རྟོག་པ་ཀྱན།
 མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་དང་བཅས་པ།
 རྩ་ཁམས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གྱི།
 དབྱེ་བས་སྟོང་དང་བརྒྱ་བཅུ་ལོ།
 དཔལ་ལྷན་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པ་ནི།
 རྩ་གསུམ་བདུད་བྲལ་བཅས་པ་དང་།
 རྟེང་གར་ཡུམ་བཞི་མཆོད་པ་བཞི།
 རྩ་ཆེན་ཉེར་བཞི་རྣལ་འབྱོར་མ།
 རབ་གཏུམ་སོགས་ཡིན་དེ་ན་ཁམས།
 ཐོད་པའི་རུམ་སོགས་དཔའ་བོར་གསུངས།
 ལྷ་གདོང་ལ་སོགས་ཁྱོ་བཅུར་མཚུངས།
 ཐིམ་དང་ལོངས་སྟོད་བདག་པོའི་ཕྱིར།
 ལྷ་ནི་བདུན་ཅུ་གཉིས་རང་བཞིན།
 འཁོར་ལོའི་འདབ་མ་རྒྱ་ཉི་ཤུ།
 ལྷ་རུ་རྩོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོར་གསུངས།
 དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་བཤད་བྱ་བ།
 སུང་པོ་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཡིན་ཏེ།
 ཁམས་བཞི་རེག་བཅས་ལྷ་མོ་ལྷ།

མིག་གཉིས་ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་སྒྲི།
 རྩ་བ་ཕྱག་ན་རྩོ་རྩོ།
 ལྷ་ནི་ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་སྒྲི།
 རྩོ་ལ་བཞུགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་།
 ཡིད་ནི་འཇམ་དཔལ་ཁམས་རྣམས་ལ།
 སྒྲིབ་སེལ་ཡིན་ཏེ་ལུས་ལ་ནི།
 ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཉིད་ཞེས་བྱ།
 ཆ་རྒྱས་བྱམས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།
 ཡན་ལག་ཚིགས་དང་ཁ་གསང་བ།
 ཁྲོ་པོ་བརྩུ་ཡི་རང་བཞིན་ཏེ།
 རྩོ་བར་ལས་ཀྱི་རིགས་སྒྲིས་པ།
 མཁུན་དང་གཏུམ་སོགས་ལྷ་མོ་ནི།
 ཏུག་ཏུ་ཆ་བཞི་གསུངས་པ་ཡིན།
 རྩོ་རྩོ་དབྱིངས་སོགས་སྒྲིང་གར་དག།
 རྩོ་རྩོ་རིགས་སུ་གསུངས་པ་སྒྲི།
 པད་མའི་སྒྲོན་མ་སོགས་བརྩུ་ཏུག།
 མགྱིན་པར་པད་མའི་རང་བཞིན་ལ།
 སྒྲི་པོར་རབ་ཏུ་སད་ལ་སོགས།
 འཁོར་ལོ་རིགས་ལྷན་སུམ་ཏུ་གཉིས།
 རྒྱས་པར་རྩོ་རྩོ་ཕྱིར་བར་གསུངས།
 དེ་སོགས་དབྱིལ་འཁོར་ཏུ་མ་རྣམས།
 རྒྱང་པ་སྒྲོགས་རེ་ཆ་ལྷན་པ།
 གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་འདུས་སྒྲི།
 དཔེར་ན་དགྲེས་རྩོར་ལྷ་དགྲ་ནི།
 སྒྲིང་གའི་འཁོར་ལོ་རྒྱང་ཡིན་བཞིན།

ཐམས་ཅད་ལུས་ཀྱི་ཙ་རྒྱུ་ཡིན། །
 མདོར་ན་ཙ་ནི་སྤྱི་ཡིན་ཏེ། །
 རྒྱུ་ནི་སྤྲུགས་དང་ཡི་གེའོ། །
 ཐེག་ལེ་ཕྱ་མོའི་རྫོགས་རིམ་མོ། །
 དེ་བཞིན་སྤྱི་སྤྲུག་ལས་རྣམས་ཀྱིན། །
 ནང་གི་རྒྱུ་གཞི་སྤྱི་བྱེད་ཡིན། །
 འདིར་ནི་སྤྲུགས་ཙམ་བརྗོད་པའོ། །
 དེ་བཞིན་ས་དང་ལམ་དང་གཟུངས། །
 ཏིང་འཛིན་རབ་འབྱམས་ལྟ་དང་སྤྲུགས། །
 ལུས་སེམས་ནང་གི་དབྱེ་བ་ལ། །
 བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པས་གསུངས། །
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་སྤྱི་བར་བྱེད་པ་ལས། །
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་གཞི་དང་སྤྱི་བྱེད་བསྟན་པ་སྟེ་དགུ་པའོ།

[[བརྒྱུ་པ། ལམ་རིམ་དང་སྤྱི་བ]]
 དེ་ལྟར་ཙ་རྒྱུ་ཐེག་ལེ་གསུམ། །
 སེམས་ཀྱི་ཆ་ལས་སྤྱི་བ་སྟེ། །
 དེ་ཕྱིར་འདི་དོན་གནད་འཆིང་བ། །
 ལམ་རིམ་ཀྱན་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས། །
 གང་ཟག་བདག་མེད་ནི་བ་ཙམ། །
 རྒྱུ་བ་སྤྱི་བ་ལན་གསུམ་སྟེ། །
 རྒྱུ་ཁྱེད་ལས་འགོར་ན་ལན་བདུན་ཡིན། །
 དེ་ནི་རང་དོན་ནི་བ་ཙམ། །
 རང་རྒྱལ་བསྐྱལ་བ་ཉི་ཤུ་ནས། །
 བསེ་ཏུ་བསྐྱལ་བ་བརྒྱ་ཡིས་འགྲུབ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་བྱེད་པ།
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གངས་མེད་གསུམ།
 འདིར་ནི་ཐབས་གྱི་བྱང་པར་གྱིས།
 ས་རོལ་ཕྱིན་པའི་ལམ་དེ་ལས།
 བྱ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་ཐབས་མཁས་ཅམ།
 ལྡན་ཡང་མི་ཆོ་བརྟུག་ཅུ་ཉ།
 རྣལ་འབྱོར་མི་ཆོ་བརྟུག་ཡིན།
 ལྷན་མེད་པ་ཆོ་གཅིག་གིས།
 བཙོན་ལྡན་ངེས་པར་འགྲུབ་པར་འགྱུར།
 དང་པོར་དབང་ཐོབ་བསྐྱེད་རྫོགས་ནི།
 ལེགས་ཤེས་མོས་སྦྱབ་ཆོགས་ལམ་ཉ།
 ཆ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་གནད་ཤེས་ནས།
 ཀུན་བཟང་སྦྱོང་གནས་དྲོད་ཐོབ་ནས།
 སྦྱོར་ལམ་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན།
 དེ་ཆོ་བརྟུག་ཞུགས་སྦྱོང་པ་ཡིས།
 སྦྱོར་ལམ་བཟོད་ནས་མཐོང་བར་སྦྱོར།
 འདི་ནི་སོ་སོར་སྦྱང་པ་དང་།
 བསམ་གཏན་བཞི་ལྡན་ལམ་ཡིན་ཏེ།
 ཆ་ནི་སྦྱང་བ་ཞེས་ཀྱང་བཤད།
 བསམ་གཏན་ཡན་ལག་རྫོགས་པ་ཡིས།
 མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་ཐོབ་གསུངས།
 སྤྱི་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཏུ་ཞུགས་པའོ།
 དེ་ནས་སྟོག་རྩོལ་སྦྱོར་ལྡན་པས།
 མཐོང་ལམ་ལ་ནི་སྦྱོར་བར་བྱེད།
 ཏག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྟོབས་གྱིས་ནི།

རོ་རྩེ་སེམས་དཔར་ཡང་དག་འདྲ།
 རྒྱང་གི་ནལ་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ།
 སྒྲོས་མེད་ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་མེད་གྱིས།
 རྩེས་དུན་ཡན་ལག་རྒྱང་བྱས་ནས།
 ཉིང་འཛིན་ཡེ་ཤེས་སྒྱུར་བ་ནི།
 སྒྲོགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་འགྲུབ་ནི།
 གཞན་དོན་ཆོགས་ཀྱི་སྒྱུད་དང་བཅས།
 དང་པོ་བརྒྱ་ཕྲག་བཙོ་བརྒྱད་གྱི།
 རྒྱང་དང་རྩྱུ་པ་ལྟ་ཅིག་དག།
 དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ལམ།
 གཉིས་པ་ཐེག་ལེ་ལྟ་ཅིག་ཏུ།
 གསང་བར་འགག་པ་མཐོང་བའི་ལམ།
 དེ་ཡིས་མ་རིག་སྒྱེ་ཤི་འགག།
 གསུམ་པར་དེ་ཉིད་དག་པ་སྟེ།
 རྩེ་བར་དེ་བཞིན་བཞི་དང་སྟེ།
 དུག་དང་བདུན་པ་སྟེང་ག་སྟེ།
 བརྒྱད་དང་དགུ་པ་མགྲིན་པ་ལ།
 བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཅིག་སྒྱི་པོར་བཤད།
 དེ་ནས་གཙུག་ཏོར་རྒྱང་འགག་པས།
 དེ་ཆོ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གསུངས།
 རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་འགག་པ་དང་།
 མས་བརྟན་དགའ་བ་བརྒྱ་དུག་ཡིན།
 སྒྱུད་དང་སྟེང་རྩེ་དབྱེར་མེད་འགྲུབ།
 ལོ་གསུམ་ཟླ་བྱེད་གསུམ་དག་པས།
 ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་ཉིད་འགྲུབ་པ་ཡིན།

ཆ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་རྣམ་གསུམ་གྱིས།
 སྒྱུར་བྱས་མཐར་ཕྱིན་འབྲས་བྱ་ཡིན།
 དབྱེ་བ་དཔག་མེད་འདིར་མ་བཟོད།
 ཡེ་ཤེས་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།
 སྒྲུབ་པའི་སྒྱུར་གཞི་དང་མཚུངས་ཐོབ།
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་བཤད་པ་ལས།
 ལམ་རིམ་དང་སྒྱུར་བ་སྟེ་བརྟུ་པའོ།

[[བརྟུ་གཅིག་པ། ཆ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་སྒྱུད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ]]

* །དེ་ནས་ཆ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་རྣམས།
 སྒྱུད་པའི་རིམ་པ་གསལ་བཤད་བྱ།
 ཡེ་ཤེས་རྣལ་འབྱོར་གྱུ་བ་པ་ནི།
 དེས་མེད་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་ཕྱིར།
 ཐ་མལ་རྩོམ་ལྟེ་ལྷུས་འདི་ལ།
 སྒྱུས་ནས་ལོ་གཅིག་བར་དུ་ནི།
 ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་སྟེ།
 དེ་ནས་ཞག་རེ་ཆ་གཉིས་གཉིས།
 རུས་པ་སྐྱམ་པར་བཤད་པ་ཡིན།
 ལོ་བརྒྱ་སྟོང་ལྷག་བརྟན་ཆུ་གཉིས།
 སྒྱུད་པ་རགས་པའི་རིམ་པའོ།
 ཞིབ་པར་ལོ་ནི་དགུ་བརྟུ་བྱ།
 ཟླ་བ་བྱེད་དང་བརྟུ་གཅིག་བར།
 ལ་བའི་ཆ་ཀྱན་སྒྱུད་པ་སྟེ།
 དུག་ཁྱི་དགུ་སྟོང་བརྟན་བརྒྱ་དང་།
 ལ་བརྟུ་སྒྱུད་གྱུར་ཉིན་རེ་གཉིས།

དེ་འག་ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་ལ།
 ཉིས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལ་བརྟུངས།
 ཆོགས་ཆེན་གསུམ་བརྒྱ་དྲུག་བརྟུང་ཙམ།
 ཞག་ནི་གསུམ་གསུམ་རེ་རེ་སྐམ།
 སོར་ཆོགས་ཙམ་ཡང་དེ་དང་མཉམ།
 རྩེ་བའི་དྲུག་ཙམ་བྱིམ་ནི།
 རྒྱང་གི་རྩལ་དང་མཚུངས་པར་སྟུང།
 སྤྱི་པོ་ཞག་ནི་བཙུག་སྟེ།
 བཞུན་པར་ཟླ་གཅིག་གསང་ཙམ་མཚུངས།
 རྩེ་གའི་ཞག་བརྒྱད་ནང་དུ་འདོར།
 དེ་ལྟར་འཁོར་ལོར་བརྒྱ་དྲུག་ཙམ།
 གཙུག་ཏོར་ཙམ་བཞི་དྲུག་བཙུག་ཡིན།
 ཙམ་ནི་ཉི་ཤུ་ཙམ་བཞི་པོ།
 ཙམ་ཆེན་དྲུག་ཙམ་དྲུག་ཙམ་ནི།
 རྩེ་བ་དང་མཚུངས་ལོ་གསུམ་སྟུང།
 ཐིམ་དང་ལོངས་སྟུང་བདག་པོ་ཡི།
 ཙམ་བ་བརྟན་ཙམ་གཉིས་པོ།
 སྟོགས་གསུམ་ནང་དུ་སྟུང་བ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་འཁོར་ལོ་ཙམ་ཆེན་རྣམས།
 བསྐམས་ཏེ་རྒྱང་རྣམས་མི་རྒྱ་བ།
 དེ་ནས་ཞག་གཅིག་ནས་འཁོལ།
 རྒྱང་གི་སྟུང་རིམས་བརྟན་པ་ནི།
 རྒྱང་བརྟུ་ཟླ་བརྟུ་ནས་རྫོགས་ཏེ།
 སྟེན་ནས་དུས་སུ་འཆི་བ་གང་།
 ལོ་ནི་བརྟུ་བརྟུ་རིམ་པ་ལྟར།

རོར་རྒྱལ་ལྟ་སྤྱིན་ཅངས་རྒྱས་སྤྲུལ།
 ལྷ་དང་ཁྲུ་བྱེད་མཉམ་གནས་དང་།
 གྱེན་རྒྱ་ཐུར་ལེལ་སྤྲོག་རྒྱུད་གི།
 རྟོགས་རྒྱམས་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་པར།
 འགྱུར་ཞེས་རྟོ་རྩེ་སྤོང་བར་གསུངས།
 རྒྱས་པར་རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས།
 རྒྱེས་ཀྱི་ཆོ་ལོ་བརྒྱུ་པ་གང་།
 རྒྱེས་ནས་ལོ་གཅིག་རྒྱུད་རྒྱམས་ཀྱི།
 རྒྱས་རྒྱུར་གྱུངས་ཀྱན་མཉམ་པར་རྒྱ།
 དེ་ནས་བསྟོད་པ་གསུམ་པ་ལ།
 མཁའ་རྒྱུ་རྒྱུད་གཅིག་རྒྱུ་བ་འཕེལ།
 བསྟོད་པ་བཞི་པར་འཕེལ་འགྲིབ་མེད།
 ལོ་གཉིས་པ་ལ་ས་རྒྱུད་རྒྱ།
 གཡས་པར་རྒྱུད་གཉིས་འཕེལ་བ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་རེ་མོས་རེ་རེ་འཕེལ།
 སྤྲོགས་གསུམ་མ་ཆང་ལོ་བདུན་ན།
 རྒྱ་སྤང་གཅིག་འགྱུར་དེ་ནས་ནི།
 གཡོན་དང་གཡས་སུ་རིམ་པ་བཞིན།
 ལོ་རེ་རྒྱ་སྤང་རེ་རེ་འཕེལ།
 རྒྱག་རྒྱ་རྩ་བདུན་ལོན་ནས་ནི།
 རྒྱ་ཆོད་གཅིག་གྱུར་གཡོན་ནས་རྒྱ།
 དེ་ནས་བསྟོད་པ་རེ་རེ་བཞིན།
 ལོ་ནི་སུམ་རྒྱར་དབྱུག་གྱུ་འཕེལ།
 གཡོན་དང་གཡས་པ་རིམ་པ་བཞིན།
 མཁའ་དང་ས་རྒྱུད་གནས་དེར་འབྱུང་།

དག་བཅུ་གོ་དྲུག་ཟླ་བ་ནི། །
 བཅུ་གཅིག་ལོན་ནས་གཡོན་དུ་ནི། །
 རྒྱ་མཐའི་རང་བཞིན་ཞག་གཅིག་རྒྱ། །
 དེ་ནས་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་ན། །
 འཕོ་བར་འགྱུར་བ་ལོ་བརྒྱ་ཡིན། །
 ད་ནི་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི། །
 དབུ་མའི་འཆི་ལྷས་ངེས་པ་ནི། །
 ཟླ་བ་སོ་བདུན་ཕྱེད་བཅས་ལ། །
 ཞག་གི་འཕེལ་བ་སོ་གསུམ་སྟེ། །
 སོ་བཞི་ཕྱེད་བཅས་ཞག་གངས་ལ། །
 རེ་རེ་འཕེལ་འགྱུར་སུམ་རུའི་བར། །
 ཉེ་བའི་ཁྱིམ་གྱི་ཅ་དྲུག་ཅ། །
 གཡོན་དུ་མཐའ་ནས་རིམ་པ་ལྟར། །
 གསུམ་གསུམ་གྱིས་ནི་ཅ་དྲུག་དྲུག། །
 སྐམས་ཤིང་མི་མཉམ་རྒྱ་བ་འཕེལ། །
 དེ་བཞིན་གཡས་ནས་མཉམ་པ་རུ། །
 གཉིས་བཞི་ལ་སོགས་ས་རྒྱང་ནས། །
 བསྐྱད་རིམ་འགག་ཅིང་ཁྱིམ་དྲུག་སྟོངས། །
 དེ་རྗེས་ཟླ་བ་གསུམ་པོ་ལ། །
 གཡོན་ནས་སོ་གཅིག་སྟོང་སྟོབས་ཟད། །
 གཡས་ནས་སོ་གཉིས་རུལ་ཟད་ཕྱེད། །
 ཅ་བའི་ཅ་ཆེན་དྲུག་དྲུག་འགག། །
 དེས་རྗེས་སོ་གསུམ་རྒྱང་ཀུན་ཟད། །
 ལུན་པ་ཆེན་པོ་ཟད་ཕྱེད་རྒྱང་། །
 ཞག་ཅིག་རྒྱ་ཞིང་འཕོ་བར་ཕྱེད། །

སོ་གཉིས་བྱེད་བཅས་ཀྱིས་བཤོས་པས།
 དབུ་མའི་འཆི་ལྟས་ངེས་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་དུས་མིན་ཉི་མ་ཡི།
 འཆི་ལྟས་ངེས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ།
 གཡས་སུ་ཞག་གཅིག་རྒྱ་བ་ནི།
 ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་ན་འཆི་ལོ།
 ལྷ་རྒྱ་ལོ་གསུམ་ཆོ་ཡིན་ཏེ།
 བཅུ་རྒྱ་ལོ་གཉིས་ཆོ་ཡིན་ནོ།
 བཅོ་ལྷ་རྒྱ་ན་ལོ་གཅིག་ཆོ།
 ཉི་ཤུ་རྒྱ་ན་ལྷ་དུག་འཆོ།
 ཉེར་ལྷ་རྒྱ་ན་ལྷ་བ་གསུམ།
 དེ་ནས་ལྷ་ཆོན་འཕེལ་བ་སྟེ།
 བྱིས་ལྷ་སྟོངས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།
 དེ་ནས་རེ་རེས་བྱིས་རེ་འདོར།
 ཉེར་དུག་རྒྱ་བས་ལྷ་གཉིས་ཆོ།
 ཉེར་བདུན་རྒྱ་བས་ལྷ་གཅིག་ཐུབ།
 བྱིས་བདུན་འདས་ནས་རྒྱས་པ་སྟེ།
 དེ་ནས་སུས་ཀྱང་བསྐྱོག་མི་རུས།
 ཞག་ནི་སོ་གསུམ་ན་འཆི་བ།
 བཅོ་ལྷ་བཅུ་དང་ལྷ་དང་གསུམ།
 བྱིས་བཞི་འདོར་བྱེད་བཅུ་གཅིག་སྟོངས།
 ཉི་མའི་སྟོབས་ཟད་དེ་འོག་ཏུ།
 ལྷ་བ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུང་།
 གཡོན་ནས་ཞག་གཉིས་རྒྱ་བར་བྱེད།
 བྱིས་ནི་བཅུ་གཉིས་པ་ཡང་སྟོངས།

དེ་ནས་དབུ་མར་ཞག་གཅིག་རྒྱ།
 རྣམ་ཤེས་པ་རོལ་འགོ་བར་བྱེད།
 གཡོན་གྱི་རྒྱ་བའི་རྟགས་བཤད་པ།
 གཡོན་ནས་ཞག་གཅིག་རྒྱ་བ་ནི།
 ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་ནང་འཕྲོའི་རྟགས།
 དེ་ནས་རྒྱ་བ་དུག་པ་ལ།
 ཞག་རེ་འཕེལ་བས་ཞག་གསུམ་རྒྱ།
 དེ་ནས་རྒྱ་བ་སུམ་ཅུ་འི་ཆོ།
 རྩེ་བའི་བྱིས་གཅིག་སྟོངས་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་རྒྱ་བ་རེ་རེ་བཞིན།
 འཆི་ལྟས་ཞག་ནི་རེ་རེ་འཕེལ།
 རྒྱ་བ་གསུམ་གྱིས་བྱིས་རེ་འདོར།
 གཡོན་རྒྱང་ཞག་གངས་འཕེལ་བ་བཞིན།
 འཆོ་བའི་རྒྱ་བ་འབྲི་བ་ཡིན།
 གང་ཆོ་ཞག་ནི་སོ་གསུམ་རྒྱ།
 དེས་པར་ཞག་ནི་གསུམ་ན་འཆི།
 བྱིས་ནི་བཅུ་གཅིག་སྟོངས་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་ཞག་གཉིས་ཉི་མའི་ཁམས།
 ཟད་པར་བྱེད་པས་གཡས་ནས་རྒྱ།
 དེ་འོག་དབུ་མར་ཞག་གཅིག་ནས།
 རྣམ་ཤེས་གཞན་དུ་འཕོ་བ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་ཉི་རྒྱའི་རྟགས་འབྱུང་བ།
 རྩེ་བའི་མཉམ་པ་ལུག་སོགས་ཀྱི།
 བྱིས་ནས་ཐོག་མར་རྒྱང་རྒྱ་བ།
 རྒྱ་བའི་འཆི་ལྟས་གཙོ་བོ་རྩེ།

སྒྲུང་སོགས་མཉམ་པའི་བྱིམ་རྒྱུ་ལ།
 རྒྱུ་འབྱུང་ཉི་མ་གཙོ་བོ་ཡིན།
 སྒྲུ་མ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་ནས།
 རྒྱུས་ནས་ཞག་གཅིག་ཐུབ་པའི་བར།
 ཆ་ཀྱན་རྒྱ་དང་དབྱ་མ་རྒྱུང་།
 རྒྱ་བའི་རིམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན།
 གང་ཆོ་དུག་དང་མཆོན་དང་ནད།
 དུག་པོས་ཆ་རྒྱུས་གཅིག་ཆང་འགག།
 རྒྱ་དེས་ལྷོ་བྱར་འཆི་བར་གསུངས།
 རི་རྩུང་རྩེ་བ་འགག་པ་བཞིན།
 ཐུན་དང་རྒྱ་སྐར་རྒྱ་རྒྱུ་གི།
 རིམ་པས་འཁོར་ལོ་གཞན་ཡང་མཆོངས།
 འཁོར་ལོ་ལྷ་དང་ཆོགས་ཀྱན་ལ།
 དབྱུག་གྲུ་བརྒྱ་གཉིས་བརྒྱ་གཉིས་ནི།
 ཞག་དུག་བརྒྱས་ནས་བཟང་པ་ཡིན།
 རྒྱུང་གི་འཆི་རྣམས་བརྒྱན་པ་ལོ།
 དེ་ནས་ཐིག་ལེ་འགག་པ་ནི།
 ལོ་གཅིག་ནང་གི་ཁམས་འཕེལ་ནས།
 རྒྱུང་གི་རྣམས་པ་ཕྱིར་ཤོར་བས།
 དཀར་ནག་ཆ་འགྲིབ་སྒྲུ་མ་བཞིན།
 དེ་ནས་ལོ་ནི་བརྒྱ་དུག་བར།
 ཐིག་ལེ་འཕེལ་ཏེ་དེ་ནས་ནི།
 དཀར་བ་འགྲིབ་ཅིང་འདོར་བ་བྱེད།
 དེ་ནས་ཁྲག་ནི་འཕེལ་བ་ཡིན།
 སོ་གཉིས་ནས་ནི་དེ་ཡང་འདོར།

རྒྱུང་དང་མེ་དང་ཚུ་སའི་སྟོབས།
 བརྩུག་རེ་ནས་འགྲིབ་པ་སྟེ།
 རགས་པར་དབྱ་བརྩུག་གོ་བརྩན་པ།
 སྟོབས་ཀྱན་དོར་ནས་ལོ་གསུམ་ན།
 འཆི་བའི་ངེས་པ་ཤེས་པར་བྱ།
 རྟེ་བའི་རྩ་གཅིག་ཆད་པ་དང་།
 གཡས་གཡོན་ཞག་གཅིག་རུས་སྦྱོར་མཉམ།
 གཅི་བ་འབྱུར་བ་ཟླ་བྱ་སྟེ།
 རྩ་བའི་སྒྲ་དོར་ཞག་བྱ་སྟེ།
 རྩེ་ཡི་རོ་དོར་ཞག་ལྷ་ཡིན།
 མིག་དབུས་རི་མོ་ཞག་བཞིའི་ཆོ།
 རྩ་ཞོམ་བྱི་དོར་ཞག་གསུམ་མོ།
 རེག་བྱ་དོར་བ་ཞག་གཉིས་ཡིན།
 ཆོས་ཁམས་ཁུ་བ་ཉམས་པ་ནི།
 ཞག་གཅིག་ནས་ནི་པ་རོལ་འགོ།
 དཀར་ཆ་འོག་རུ་ལྷུང་བ་སྟེ།
 དམར་ཆ་གྲུན་རུ་འགོ་བ་ཡིན།
 རྒྱུང་ནམས་སྒྲ་སྟོན་ནས་འགོ་སྟེ།
 དེ་ནས་རྩམ་ཤེས་ཀྱན་གཞི་ནི།
 ཆངས་བྱག་ནས་ནི་གཟུགས་མེད་དེ།
 ཐིག་ལེ་ལས་ནི་ལྷ་མོ་ཆེ།
 རྟེ་བ་ལས་ནི་འདྲོད་ཁམས་ལྷ།
 མིག་ལས་འདྲོད་པའི་མི་དབང་པོ།
 རྩ་ལས་གནོད་སྦྱིན་གནས་སུ་སྟེ།
 རྩ་བ་ལས་ནི་གྲུབ་པའི་ལྷ།

སྤྱིད་པའི་སྒོ་ལས་ཡི་དྲགས་བཤད།
 རྒྱུ་ཡི་ལམ་ནས་རྟུང་འགོར་འབྱུང།
 འོག་སྒོ་ལས་ནི་དཔྱལ་བ་བརྒྱད།
 དེ་ནས་བར་དོ་འབྱུང་བ་ཡིན།
 རྒྱང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐིམ་པ་ནི།
 རྒྱ་གསུམ་རང་བཞིན་ཉིད་མ་ཤེས།
 འོད་གསལ་རྒྱང་དང་ཐུན་པ་ཡི།
 སྒོང་དང་སྒོང་པ་ཆེན་པོ་རྣམས།
 མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོར་འབྱུང།
 དེ་ཉིད་སྦྱངས་པ་ཡི་ཤེས་ཏེ།
 རྣམ་པར་དག་པས་ཐུང་ན་འདལ།
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་རྒྱང་བར་བྱེད་པ་ལས།
 ཆ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་ཐུད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་སྟེ་བཙུ་གཅིག་པའོ།

[[གཞུང་དོན་སྒྲིང་པོ་གནད་རྟུང་བསྐྱུས་པ།]
 རྒྱལ་བས་རྒྱད་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྟུ།
 སྤྱི་རོལ་ཐུན་མོང་རྒྱང་བ་དང་།
 བར་རྟུ་ཆ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་དང་།
 གཞན་རྟུ་ཀུན་བརྟགས་ལྟ་དང་སྐྱགས།
 དྲི་མ་དང་བཅས་རྟོགས་པ་དང་།
 དྲི་མེད་ཡི་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས།
 ཐམས་ཅད་དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་དང་།
 སྒོས་དང་སྒོས་མེད་གསུངས་པ་ལ།
 སྤྱི་རོལ་བྱེད་པོ་གཞན་མེད་པ།
 ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་རྒྱང་རང་རྒྱང་སྟེ།

རྟོག་པས་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་གྱི།
 རྟོན་བཅུད་སྤྲ་རགས་མིང་ཚིག་དང་།
 ཡི་གེ་སྟོགས་རུས་ལ་སོགས་པ།
 གསུངས་པ་སྤྱི་རོལ་མངོན་པ་སྟེ།
 རི་ལྟར་སྤྱི་བཞིན་ནང་ན་གནས།
 ཚ་དང་ལུས་དབྱིབས་འཇིག་རྟེན་ལ།
 རྒྱང་གིས་དག་རུས་ཡི་གེ་བསྐྱེད།
 ཐིག་ལེ་གཟུང་དང་རྒྱ་སྤར་དང་།
 རྒྱ་པོ་མེ་སོགས་ངེས་པ་བསྟན།
 རི་ལྟར་མིག་བཅུམས་གཞུགས་མི་མཐོང་།
 སྤྱི་བས་སྤྲང་བར་འགྱུར་བ་དང་།
 བཅོར་ན་ཟླ་བ་གཉིས་མཐོང་ལྟར།
 རྟེན་གྱི་གནད་འཆིང་མ་ཤེས་པས།
 དབང་བྱེད་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་མིན།
 རྟེན་བཅིངས་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་།
 སྤྱི་རོལ་མེད་ཀྱང་གཞན་སྤྲང་ལ།
 ཀྱན་བཅུགས་ལྟ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་སྟོན།
 དེ་སྤྱིར་ནང་དོན་མངོན་པ་ཡིན།
 གཞན་བཤད་ལྟ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ཡང་།
 ས་དང་ལམ་དང་པ་རོལ་སྟེན།
 གཟུངས་དང་སྤྲགས་བཅས་བྱང་རྒྱུ་སྟོགས།
 ཟབ་པར་བྲིལ་གནོན་ལ་སོགས་པ།
 བསྐྱེད་སྤྱིར་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྤྱིར།
 མདོ་དང་པ་རོལ་སྟེན་པར་བརྗོད།
 སྤྱི་རོལ་ལུས་ངག་བསྐྱུང་སྟོམ་དང་།

རང་བཞིན་བཅས་ལྡན་འདུལ་བ་ནི། །
 ནང་དུ་རང་དང་གཞན་དོན་ལ། །
 མ་ཚོངས་ཐབས་མཁས་བྱད་པར་གྱིས། །
 ཉོན་མོངས་ཡེ་ཤེས་བརྒྱུར་བྱེད་པ། །
 དེ་ཕྱིར་ནང་གི་འདུལ་བར་གསུངས། །
 འདུལ་མངོན་མདོ་སྡེ་ཕྱིར་ཤེས་པས། །
 ཉན་རང་འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱེད་དེ། །
 ཟབ་མོའི་མདོ་འདུལ་མངོན་པ་རྣམས། །
 སྦྱོང་བྱེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་འགྱུར། །
 ཐབས་མཁས་ནང་དོན་རྒྱས་པར་ཤེས། །
 སངས་རྒྱས་སྒྲིང་པོའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །
 འབྲས་བུ་རྟོགས་པ་ལམ་བྱེད་པ། །
 ལྷ་མེད་སངས་རྒྱས་ལྟར་ཐོབ་བྱེད། །
 ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་ཏེ། །
 དེ་སྒྲིབ་འཁུལ་རྟོག་གཟུང་འཛིན་གྱི། །
 ཤེས་པ་སྒྲོ་བྱར་བར་སྒྲེས་ནས། །
 འདུ་བྱེད་མངོན་པར་འདུ་བྱས་ནས། །
 ཡོད་པ་མ་མཐོང་མེད་པ་མཐོང་། །
 རྣམ་རྟོག་འདམ་དུ་བྱིང་གྱུར་པས། །
 བྱིས་པ་འཁོར་བའི་ནང་དུ་བྱིང་། །
 ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་ཡེ་ཤེས་སུ། །
 རྟོགས་པས་སངས་རྒྱས་རང་བཞིན་ཏེ། །
 ཀུན་རྫོབ་གཉིས་སུ་སྤང་བ་རྣམས། །
 ཆུ་ལྷ་ལྟ་བུར་དོན་དུ་གཟིགས། །
 དོན་དམ་སྤྱིང་ཉིད་བཙུང་པོ། །

དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་བདེ་གཟིགས་པས།
 ཉེན་མོངས་ཤེས་བྱ་སྟོམས་འབྱུག་གི།
 སྒྲིབ་གསུམ་དང་བྲལ་རང་རིག་ཉིད།
 རི་ལྟ་རི་སྟེད་ཡེ་ཤེས་གསུངས།
 དེ་བས་རྗོད་ཅི་ཐེག་པ་བྱ།
 གསུངས་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར།
 འདིར་ནི་སྟོགས་ཅན་བསྐྱེས་པ་ཡིན།
 རྒྱུ་པར་བསྟན་པ་དཔག་མེད་ཀྱང་།
 རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི།
 རྒྱུད་འགྲེལ་རྣམས་ལ་བལྟ་བར་གྱིས།
 དེ་རྣམས་ཀྱན་ལ་འབྱུག་པའི་སྟོ།
 ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་བཤད་པ།
 འདི་ནི་རང་བཟོ་མ་ཡིན་ཏེ།
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བཅོམ་ལྟན་འདས།
 རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཁོ་ན་གྱིས།
 གསང་བའི་བདག་པོ་མཁས་རྣམས་ཀྱི།
 རྣམ་འགྲེལ་མཐུ་ལ་རབ་རྟེན་ནས།
 རྗོད་ཅི་ཐེག་པའི་ནང་གི་དོན།
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་རྟེན་པ་ཡིན།

རྒྱལ་བ་ནམ་མཁའི་སྐུ་ཅན་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལས།
 སྟོགས་བརྩའི་འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ཏུ་གཟུགས་སྐུ་འཁོར་བ་རི་སྟེད་སྟོན།
 ལྟ་ཡི་རྩ་སྐུ་ལྟ་བུའི་གསུང་ནི་འདྲ་མི་མཛད་པར་ཡང་།
 རྣམ་མཁའི་ཁམས་མཉམ་འབད་མེད་འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱིས་ཐོས་པ་མཛད།
 ཐུགས་ནི་ཡིད་བཞིན་ཞོར་ལྟར་འབད་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྟན་ཅིག་ཏུ།
 སྟོས་པ་མི་མང་འསྟོས་ལྟན་རྣམས་ལ་ཡིད་བཞིན་རེ་བ་སྟོང་།

སེམས་ཅན་ཉོན་མོངས་ལྟན་ཅིག་འདུག་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་གོས་པ་མེད། །

དེ་ཕྱིར་རང་བྱུང་རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ལ་བདག་ནི་གྲས་པས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཟབ་མོ་ནང་དོན་བཤད་པ་ལ།

དགེ་བའི་མཐུ་ཡང་ཅི་ཡོད་པས། །

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་བ་ཀྱན། །

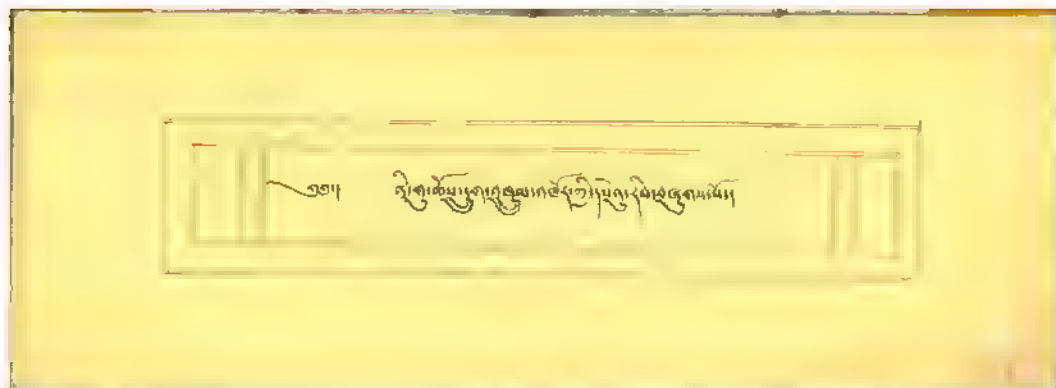
ཡི་ཤེས་སྤྱ་ཉིད་ཐོབ་པར་ཤོག།

ཅུང་ཟད་འགལ་བར་གྱུར་སྲིད་ན། །

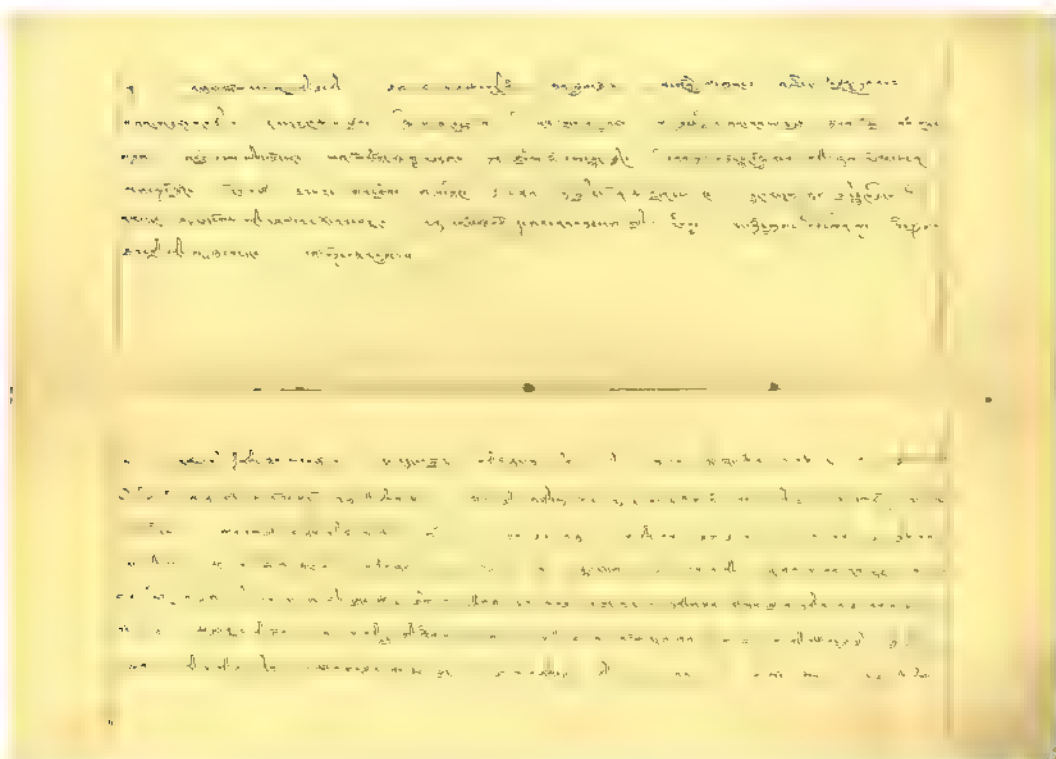
མཁའ་འགོའི་ཆོགས་ཀྱི་བཟོད་པར་མཛོད། །

ཟབ་མོ་ནང་གི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ནམ་པར་བཤད་པ་རྒྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་
པོ་ཕྱང་པ་དུམ་བྱ་བཅུ་གཅིག་པ། རང་བྱུང་རྩོམ་མེད་ཅན་གྱིས་སྤྲོད་པའི་རྒྱད་འགལ་རི་
ལྟ་བར་ནང་གི་དོན་ཤེས་པར་འདོད་པ་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་རྩོགས་སོ། །མཁའ་པར་རྫོམ་
པ་དང་བསྐྱེམས་ནས་ཉམས་སྤྱོད་དང་། མདོན་ཤེས་ཤར་བ་འདོད་པ་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་ཕྱོགས་རེ་
ལས་མ་གོ་བར་འདུག་པས་འདིར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་གནས་བདེ་ཆེན་སྒྲིང་དུ་
བྱི་ལོ་ཐུག་པ་བདུན་པ་ལ་མཛོད་པའོ། །

ཙ་ལྷུང་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་དཔེ་རིས།



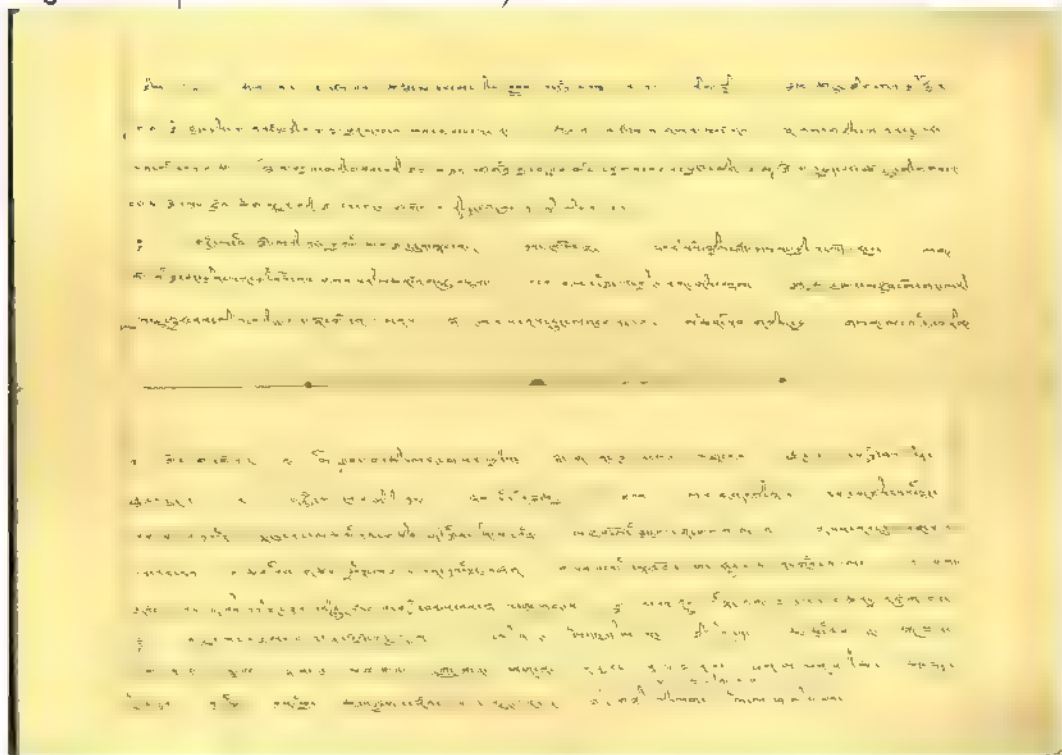
ནི་གུ་ཚོས་རྩལ་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་དཔེ་རིས་བཞུགས་སོ། །



1 ཁྱུ་ལ་འཁོར་སྐབས་འདོན་བྱའི་ཐོན་མོ། ཐོག་མར་དཔལ་ལྷན་ཆ་བའི་སྐྱ་མ་
སོགས། ཀྱན་བྱང་ཐམས་ཅད་སོགས། ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀྱན་སོགས། འངམ་
དཔལ་བྱིན་རྒྱབས་སོགས། བཀའ་གཏེར་ལྷང་བྱིན་སོགས། དེས་འབྱུང་ཚུལ་
ཁྱིམས་སོགས། རྩེ་བ་ཀྱན་ཏུ་སོགས། དེ་ནས་ངག་འདོན་དབྱུར། དལ་འབྱོར་
རྟེན་དཀའ་ནས་བརྒྱུད། རྒྱབས་འགོ། སེམས་བརྩེད། མཐུལ། དག་བྱེད་ཨ་ཡིག་
རྟོང་ར། ལག་མོའི་རྟོང་ར་དགུ་ལྷགས། རྩོན་འགྲོ་མེ་མོད་མ་རྒྱུད་ཐིང་། དེ་ནས་
རྩོན་འགྲོ་རྒྱུད་རྩོན་སེལ་བའི་འབྲུལ་འཁོར་ཡན་ལག་ལྷ་རྒྱུད། དངོས་གཞི།
ཟས་ཟ། སོས་ཤྱོན། གདན་བཏིང་། རྩར་ཞོན། སོགས་ཀྱིས་འདོན་ཆ་རྣམས་པ་
དང་། རྒྱུད་རོ་དགུ་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཐིང་། དེ་ནས་དང་པོ་ཆ་མཐུད་ཤོལ་བའི་
འབྲུལ་འཁོར་ནས་བརྒྱུད། འབྲུལ་འཁོར་བཙ་བརྒྱུད་བྱུང་ནས་སུམ་རྒྱུག་གི་བར་
འབེབ་བདུན། ཡང་སུམ་རྒྱུག་འབེབ་ཆེན་ལ། སུམ་རྒྱུག་རྩེས་སྤྱིད་པའི་དབང་ལྷ་
བ་དང་། དགེ་བཤྲོ་བཅས་བྱའོ། །

2 འབྲུལ་འཁོར་གྱི་དམིགས་རིམ་ཟབ་མོ་བཞུགས་སོ། །དང་པོ་རྒྱུད་རྩོན་སེལ་
བའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་དམིགས་པ་ནི། ལུས་ནམ་རྒྱུད་ཆོས་བདུན་བཅུལ། ལག་
མཐིལ་གཉིས་ཡི་གེ་ཡི་ལས་རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩོན་པོ་གཞུ་ཡི་དབྱིབས་ཅན།
རྒྱུད་མཐིལ་གཉིས་སུ་ཆོས་འབྱུང་དམར་པོ་ཡི་གེ་རྩ་ལས་མེ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་
དམར་པོ་གྲུ་གསུམ་ཞིག་བསྐྱོམ་ལ། ལག་མཐིལ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུད་མཐིལ་ལན་
གསུམ་ཤད། དང་པོས་དུད་བ་འབྲུལ། གཉིས་པས་མེ་རྒྱག་ཐར་སེ་སོང་། གསུམ་
པས་མེ་རྒྱག་ཀྱིས་འབར་བས་མེའི་གོང་བྱུར་འཆུང་པར་བསྐྱོམ་ནས་རྒྱུད་རྩོན་
སེལ་བའི་འབྲུལ་འཁོར་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། ཁྱེད་རྩོན་དཀྱིལ་འབྱུང་གི་དམིགས་
པ་ནི། རྩ་བྱག་གཡས་ནས་རྒྱུད་རོ་ལན་གསུམ་པས་ལ་ཆེ་རྩེ་བ་ཐོག་མའི་ནད་
གདོན་ཞིག་རྩིབ་བྱུང་པར་ཆ་རྒྱུད་ཐིག་གསུམ་གྱི་གིགས་དང་བར་ཆད་ཐམས་
ཅད་རྒྱུད་སྤྱིངས་ནས་རྩོ་དགུའི་གཙོས་པའི་ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱི་བྱུག་ཐམས་ཅད་ནས་
རྩོ་ཐར་རེ་སོང་བ་དང་། རྩར་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ཡི་ཤེས་ལྷ་ཡི་རྒྱུད་གི་ནམ་པ་འོད་

ཟེར་ཁ་དོག་སྒྲ་ལཱི་ཟེར་ནས་དཔལ་པོ་དང་མཁའ་འགྲོ་མ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་
 ཚ་རྒྱུང་ཐིག་གསུམ་གྱི་གྲོགས་སུ་སྦྱུན་དངས་པའི་རང་གི་བ་སྦྱུང་བྱ་ག་དང་ཚ་
 ཐིག་ཐམས་ཅད་དུ་ཤར་བྱལ་སྦྱང་མ་འཁྱེབ་པ་བཞིན་དང་། ཉི་ཟེར་ལ་རྩལ་
 འཁྱེབ་པའམ། མཆོ་ལ་ཆར་བབས་པ་ལྟར་སྤྲོ་སྤྲོ་



ཐིམ་པར་སྒྲམ། གཡོན་ནས་ལན་གསུམ་བསལ་ཆོ་སྦྱེ་བར་བར་མ་འདི་ཡི་བསྐྱབ་
 པ་གསུམ་ལ་ལྷུང་བས་གོས་པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ་དང་། ཁྱད་པར་ཚ་རྒྱུང་ཐིག་གསུམ་གྱི་
 སྦྱོན་གོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུང་གིས་སོང་ནས་སྦྱོ་སྤྲོ་མས་ལྷགས་སྦྱེ་བྱང་བ་ལ་སྦྱས་
 བྱེད་པ་ལྟར་དང་། ཚུར་རྩལ་པའི་དུས་སུ་གཡས་ལྟར་དགོས། སྒྲ་བྱག་གཉིས་
 ཀ་ནས་རྒྱུང་རོ་ལན་གསུམ་བསལ་བའི་ཆོ། སྦྱེ་བ་རྗེས་མ་གཅོས་པའི་ཐོག་མཐའ་
 བར་གསུམ་གྱི་སྒྲ་མ། སྦྱོབ་དཔོན། མཆེད་གྲོགས་སོགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་ཉམ་ཆགས་
 ཐམས་ཅད་དང་། ཁྱད་པར་ཚ་རྒྱུང་ཐིག་གི་གོགས་དང་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་

ལུས་ཁོལ་ཆགས་ལྟ་རྒྱུ་དཔེར་ཐལ་བ་ཤོད་ལྟར་སྒྲིམ་པ་ནི་རྒྱུ་རོ་དགུ་འབྱུང་གི་
དམིགས་པ་ལོ། །

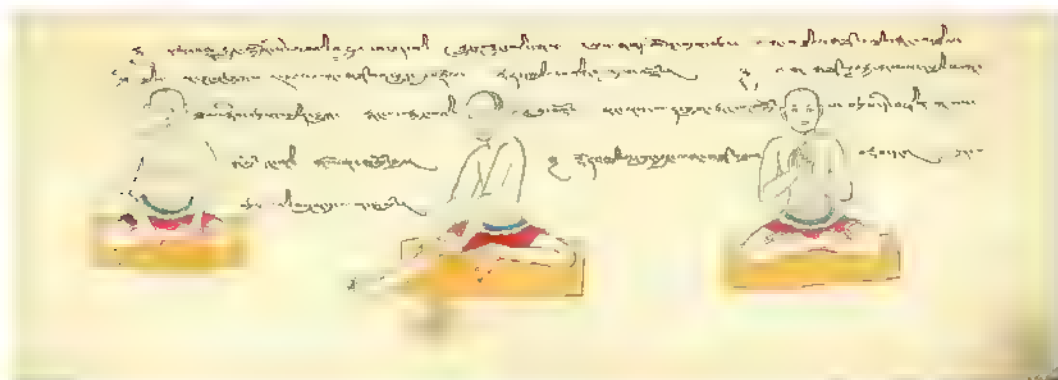
༥ གདུམ་མོ་མེ་ཆོད་མའི་དབྱར་ཕྱག་ལེན་མཐོང་རྒྱན་ལྟར་ན། ལུས་དྲང་པོར་
སྒྲིང་། འབས་སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་ཀྱང་རྒྱུ་ལོན་གྱིང་ལ་ཡོད་པར་བྱ། ལག་
གཡོན་ཐེ་བོང་སྒྲིན་ལག་གིས་བསྐྱམ་ནས་གཡས་པའི་མཆན་འོག་དུ་བཅུག ལག་
གཡས་ཐེ་བོང་སྒྲིན་ལག་གིས་བསྐྱམ། ཐེའུ་རྒྱུ་མཐུད་མཐུབ་མོ། ཀྱང་མོའི་རྒྱབ་
དུ་རྒྱུར་ནས་མི་ཡོ་བའི་ངང་སྒྲ་གཡོན་པ་མནན། སྒྲ་གཡས་པ་ནས་རྒྱུང་ལན་
གསུམ་འབྱུང། མཆན་སྐྱེལ་གཅིག་བྱ། གཡོན་ལའང་དེ་བཞིན་གོ་སྒྲིག་དགོས། །

༥ མེ་ཐབ་དྲུག་ཆིང་ནི། ལག་གཡས་སྒྲི་དང་། རྒྱུ་ལོན་སྒྲི་ལ་ཡོད་པར་མཛད་
ནས། རྒྱུ་རོ་ལན་གསུམ་བསལ་ཏེ་རྒྱུ་བཟུང་། ༥ གདུམ་མོ་དངོས་གཞིའི་
དབྱར། འབས་སེམས་པའི་སྒྲིལ་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་རོལ་སྐྱབས། ལུས་གནད་སྒྲི་ལྟར།
ལག་གཉིས་སྤུས་སྟེང་། ལག་གཡོན་སྤུས་སྟེང་ཡར་དྲངས་ནས་མཆན་སྐྱེལ་གཅིག་
གིས་ཐེ་བོང་སྒྲིན་སོགས་བསྐྱམ། མཐུབ་མོ་སྟེང་པས་སྒྲ་གཡོན་གཡོན་མནན།

གཡས་ནས་རྒྱུང་ལན་གསུམ་དལ་བྱས་འབྱུང། མཆན་སྐྱེལ་གཅིག་བྱ་སྟེ་ལག་
གཡོན་སྤུས་སྟེང་བཞག ལག་ཡས་པའང་དེ་ལྟར་གོ་སྒྲིག་པར་རྒྱུ་རོ་ལན་གསུམ་
བསལ། ལུས་གནད་དྲངས་པོར་ལག་གཉིས་སྤུས་སྟེང་རྒྱབ་པའི་རྒྱུ་རོ་ལན་

གསུམ་བསལ་བས་སྤྱད་པ་དགུ་ཕྱག་སོང་། རྒྱུ་དལ་བྱས་རྒྱབ་ནས་སྟེང་ཁ་རྒྱུར་
བྱམ་པ་ཅན་དུ་འཇུག་གོ། ༥ གདུམ་མོ་སྒྲིམ་སྐབས་ཟས་སྦྱོང་སྤང་སྤང་ནི། ཉ་
མི་ཞོན། མེ་དང་ཉི་མ་སྤང་། ཐིག་ལེ་སྤང་། རྩ་ཆ་ཆེས་པ་དང་། སྐ་སྐ་དང་།
སྒྲིག་སྒྲིན་དང་། ཟ་དང་། ཉ་ཤ་དང་། མཛོ་ཤ་དང་། སྤང་ཤ་དང་། བག་ཤ། ཤ་
ཅུལ། ཤ་མ་སྒྲིན་པ་༥ འག་མ་ལོན་པའི་ཆང་། ཆང་རྒྱུར། བྱེ་ཅུལ། གོ་སྒྲིལ། སྤན་
སྒྲིལ། རྒྱ་འབྲུག་ས་རྒྱལ་གྱི་བཟའ་བཏུང་སོགས་སྟོངས། ཉིན་གཉིད་མི་ལོག ཁེ་
ལ་སྤུ་མི་འདེབས། །

① ཐེའུ་ལྷག་རྒྱུ་རྒྱའི་ཤ་ལ་ཟེར།



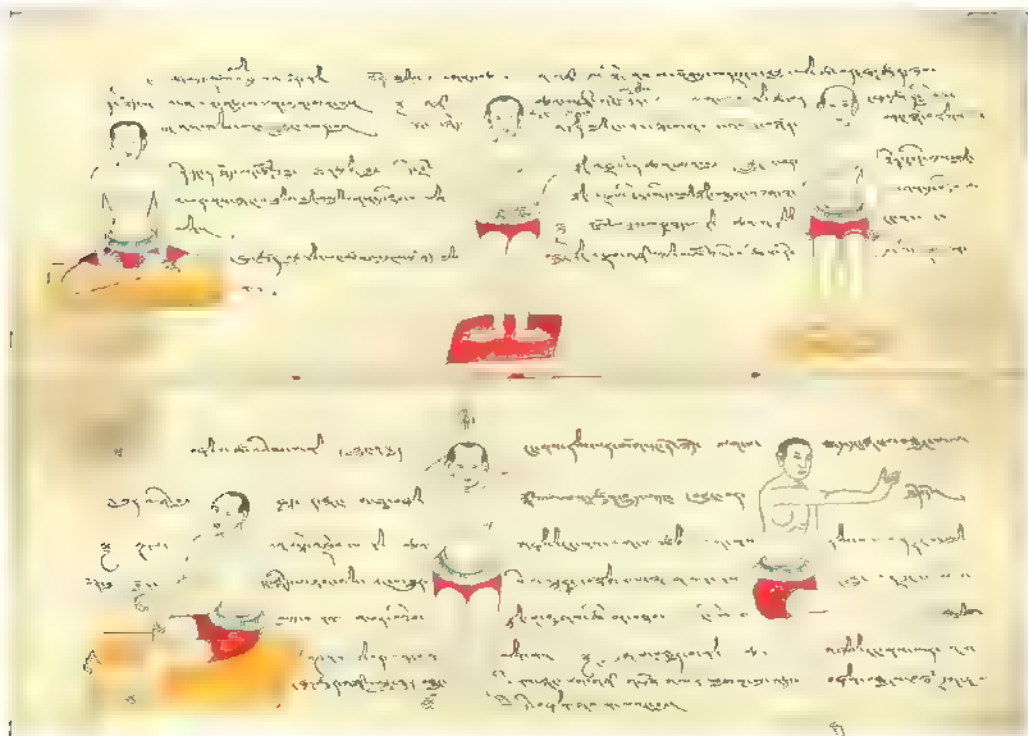
༥ ཡེ་ཤིཤ་ཡེ་ཤིཤ་འབྲེལ་ཡེ། རྩོན་འགྲོ་རྒྱུད་རྩོན་མེལ་བའི་འབྲེལ་འཁོར་ནི། རྒྱུད་བཟུང་མི་དགོས། ལུས་གནད་ཆོས་བརྟན་བཅའ། ལག་མཐིལ་གཉིས་གྱིས་རྒྱུད་མཐིལ་ཤེད་གྱིས་ལན་གསུམ་བྱགས་འཕྲལ་ལག་གཉིས་མཐུད་རྒྱ་བཀོལ་བ་དང་། རྩོར་དཀྱིལ་བཤིག་པ་དུས་མཉམ་བྱ།

༥ ཡེ་ཤིཤ་ཡེ་ཤིཤ་འབྲེལ་ཡེ། ལག་གཉིས་བརྒྱ་གཡས་དཔྱི་མགོ་ཐལ་རྟེན་བཅས་ཕྱིར་བྱག །རྒྱུད་པ་བརྒྱུད་པའི་ལོང་བྱ་བལྟོམ། རྩོར་ནས་ཡར་བྱག་རྒྱུད་པ་བསྐྱམ་པ་བཅས། དེ་བཞིན་གཡས་གསུམ་དང་། གཡོན་གསུམ་བྱ།

༥ ཡེ་ཤིཤ་ཡེ་ཤིཤ་འབྲེལ་ཡེ། རྩོར་དཀྱིལ་དཔུང་རྒྱུད་ལག་གཉིས་ཐལ་བརྟེན་དང་། འཕུར་བ་པའི་མདུན་དུ་ལན་གསུམ། །

༥ ཡེ་ཤིཤ་མཉེས་པའི་འབྲེལ་པ། ལག་གཉིས་མདུན་རྒྱུ་རེས་མོས་ཕྱི་ནང་བྱག་པ་
ལན་གསུམ་གསུམ་བྱག་བྱ།

༥ ཡེ་ཤིཤ་མཉེས་པའི་འབྲེལ་པ། ལག་གཉིས་ཁྱུ་ཚུར་གཡས་གཡོན་མཁལ་འབྲེལ་
གསུམ་བྱ། དེ་ནམས་མོན་འགོ་རྒྱུང་སྒྲོན་སེལ་བའི་འབྲེལ་པ་ལོར་རོ། །



༥ ཡེ་ཤིཤ་མཉེས་པའི་འབྲེལ་པ། དང་པོ་ཙ་མདུན་གྲོལ་བའི་འབྲེལ་པ་ལོར་ནི། རྩོལ་ལུས་གནད་བཅས་ལ། ལག་གཉིས་ཕྱས་སྒྲིང་ནས་ས་ནོན་དུ་ཡར་བྱངས་བརྒྱ་
ཡི་ཙ་བར་ཁྱུ་ཚུར་སྒྱུབ། རོ་སྒྲོང་གཡས་གཡོན་གཟུ་བ་ལན་བདུན་བདུན་བྱ།

༥ ཡེ་ཤིཤ་མཉེས་པའི་འབྲེལ་པ། གཉིས་པ། བཅའ་གཞི་གོང་ལྷུང་ལ། ལག་པ་

① ཙ་དང་པོར་བསྐྱེད་བ།

② སེམས་དཔའི་རྩོལ་གྱང་།

༥ ཡེ་ཤིག་ཀྱང་འདི་ཉམས་པར། དྲུག་པ་བརྒྱུད་པ་ནི། བཅའ་གཞིའི་རང་ནས་ལང་
ལངས། ཁུ་ཚུར་གཉིས་བརྒྱ་ཟུར་བརྒྱད་། དེ་ནས་རྒྱང་ལག་གཉིས་གཞོག་གཤོན་
ཚུགས་ཏུ་གཙུད་བཞིན་བརྒྱུད་ས་བསྐྱམ་དྲུག་རྩ་བུ། དེ་བཞིན་གཡས་ལངང་བུ། །

2 རྩེའི་ཡུལ་ལྟ་ཕྱི་ལྟ་ལྟ་བུ་བ་ལྟ་བུ་བ་ནི། མོ་མོ་བསྐྱེད་བས་བྱང་དང་
མཆན་བྱང་བཅོམ་ནས་ལངས་པ་དང་། མགོ་དང་ལྟ་བུ་བ་སྦྱོང་པའི་དང་གཡས་
བསྐྱེད་ལན་གསུམ་གཟུང་།

རྩེའི་ཡུལ་ལྟ་ཕྱི་ལྟ་ལྟ་བུ་བ་དེ་རྩེས་རྒྱང་བསྐྱེད་བྱས་པ་ལ་བསྐྱེད། མགོ་དང་རྩེ་སྦྱོང་
གཡས་ལན་གསུམ་གཟུང་།

རྩེའི་ཡུལ་ལྟ་ཕྱི་ལྟ་ལྟ་བུ་བ་དེ་ནས་ཕྱི་མོ་བཅུགས་པའི་བྱེད་ལ་ལག་པ་གཡས་སྐྱེད་
བཞིན་ལ། གཡོན་པ་རྒྱབ་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་དབྱི་གཡོན་པ་ལ་ལུས་ཏེ་རྩེ་སྦྱོང་
གཡོན་དུ་གཟུ། དེ་བཞིན་གོ་ལྟ་བུ་པའང་བྱོལ།

རྩེའི་ཡུལ་ལྟ་ཕྱི་ལྟ་ལྟ་བུ་བ་དེ་གཅིག་པ་བྱ་རྒྱུ་རྩེ་ལ་ནི། བསྐྱེད་ནས་
མགོ་བོ་གཡས་གཅིག གཡོན་གཅིག གཡས་གཅིག་བསྐྱེད། མགོ་སྦྱོང་གསུམ་
སྦྱག་པ་གསུམ་ལ། དེ་ནས་ལངས་ལ་མགོ་སྐྱེད་སྦྱོང་པ་སྦྱག་པ་སྐྱ་མ་བཞིན་གསུམ་
བྱོལ།



1 རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། བརྒྱ་མཉམ་པ་འཕམ་གཞི། ལག་པ་གཉིས་
བརྒྱ་ཟུར་དུ་བཞག་ནས་རྟིང་འབྲུབ་ལན་གསུམ་བྱས་ནས་ས་ལ་འདུག །

རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། ལག་པ་ཚོད་གཤོག་ལྟར་བརྒྱངས་ནས་འཕམ་ས་ལ་
བརྒྱ་ཟུར་ལྟར་འཕམ་ནས་རྟིང་འབྲུབ་སོགས་འདི་བར་ལན་གསུམ་བྱ།

རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། བརྒྱ་མཉམ་པ་དབུ་མ་ཁ་འབྱེད་དང་པོ་ནི། རྩམ་
སྒྲིལ་དང་ལྷན་བསྐྱེད་སྒྲིལ་ལག་པ་ཁྱུ་ལྟར་གཉིས་ཐད་ཀར་བརྒྱངས་པ་ལས་གཡོན་
ཁྱུ་ལྟར་ལྟར་བར་རྟེན། །

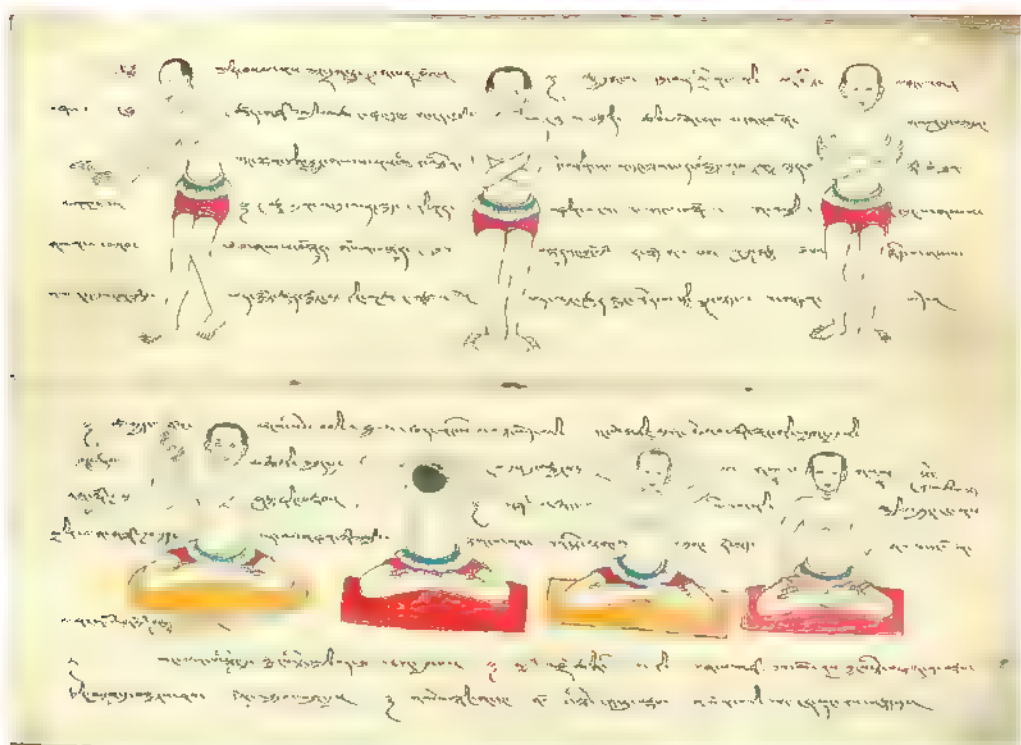
གཡས་པ་འཕམ་ས་ཚོས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བརྒྱངས་པ་ལན་གསུམ། ཡང་གཡས་ཀྱི་ལྟར་
རྟེན་པ་སོགས་ལན་གསུམ།

2 རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། བརྒྱ་མཉམ་པ་དབུ་མ་ཁ་འབྱེད་གཉིས་པ་ནི།
བཅའ་གཞིའི་དང་ནས་ལངས་ལ་རྒྱང་འབྲུབ་བྱས། ལག་པ་བརྒྱངས་ཏེ་ཁ་སྐྱབ་དུ་
ཉལ། ཁ་མིག་གདངས། བརྒྱངས་སྐྱམ་དུ་བྱ་བྱ་ཞིང་སྒྲིལ་པའོ། །འདི་ལ་
བཟང་པོའི་ཆ་ཐག་ཀྱང་བྱེད། །

རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། བཅའ་ལྟར་དབུ་མ་ཁ་འབྱེད་གཉིས་པ་ནི། བཅའ་གཞིའི་
དང་ལངས་ལ་རྒྱང་ཟུར་ལ་བཞིག་ཅིང་ལག་པ་བརྒྱངས་ཏེ་ལྟར་ལྟར་བརྒྱང་པ་ལན་
གསུམ་བྱའོ། །

རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། ཡང་ལག་གཉིས་ཁྱུ་ལྟར་བརྒྱ་ཟུར་དུ་བརྒྱངས། ཟུར་སེལ་
དུ་བྱ་བྱ་འཐེན་པ་གསུམ་བྱ།

རྩམ་པའི་འཕྲུལ་འཕྲིན་ལྟར་ལ། ཡང་ལག་པ་ཚོད་གཤོག་བཞིན་བརྒྱངས་ལ་རྟིང་འབྲུབ་
གསུམ་བྱས་ནས་ལྷན་དུ་སྒྲིལ།



འཁོར་ལུ་ཤིག་ཀྱི་ཕྱུ་ལྟ་བུ་ ཡང་རྒྱུང་མིར་བསལ་ནས་གུང་རྒྱག་ཏུ་ལྷག་པར་བྱོལ།

[illegible]

༥ ཡེ་ཤིཤ། འབྲུག་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ལ། བཅུ་བརྒྱུ་པ་དབྱ་མར་སྤྱད་པ་ནི། སྤར་བཞིན་
ལངས་ལ་ལག་པ་བསྐྱོལ། ལག་མཐིལ་དབྱར་པ་གཤས་གཡོན་ལ་བཀལ། སྤ་བ་
གཤས་བསྐྱོར་གཅིག །

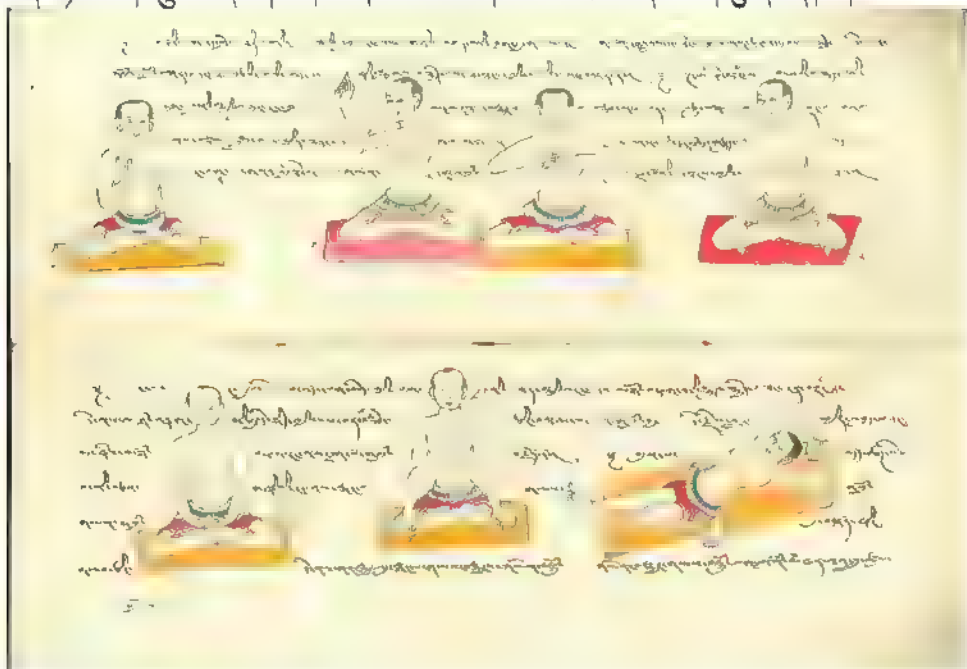
གཤམ་པ་མེད་པ་ཅིག་། དབུས་པ་མེད་པ་ཅིག་དང་གཞུམ་། རོ་མེད་གཤམ་གཤམ་ཏུ་
གཞུ། སོ་པ་མེད་པ་གཤམ་གཤམ་དབུས་གཞུམ་ཏུ་པར་རྒྱུད་རྒྱུད་ཀྱི་ཞིང་
མཚུན་གཚལ་ལོ། པར་རྒྱུད་རྒྱུད་རྒྱུད་ཟེར་བ་འདི་ཤུགས་བཏང་བ་ལས་གཞན་

མིང།

2 རྩམ་པའི་མཐུ་ཤིང་འབྲུག་པ། བཅོ་བརྒྱད་པ། ཉེན་མོངས་སེལ་བའི་འབྲུག་པ།
འཁོར་ནང་གསེལ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ནི། དང་པོ་གཏི་མུག་སེལ་བ་ནམ་སྒྲུང་གི་མུག་
ཀྱི་ནི། བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་མུག་ཀྱི་མཐུན་ཏུ་བརྒྱུད་པ། གཡས་གཡོན་སྤྱིང་འོག་
འཛམ་གྱི་གཏུ་ཁྱིང་བརྒྱུད།

༥ གཉིས་པ་ཆོད་པ་སེལ་བ་ནི། སྤྱིལ་གྱུང་ངང་ནས་སྤྱིན་ལག་གཉིས་མཐུད།
སོར་མོ་གཞན་ནམས་ཀྱིས་ལྷག་པ་ནས་མཐུན་ཏེ་ལྷག་པ་བཀྲུག། རྩོད་གཡས་
གཡོན་ལན་གསུམ་གཏུད། ། ཡང་ལག་པ་སྤྱིང་ཏུ་བརྒྱུད་ཏེ་སྤྱི་བོར་ཐལ་ལྷག་
ཀྱི་བོ།

༦ གསུམ་པ་སྤྱོད་ཆོག་སེལ་བ་ནི། ལག་པ་གཉིས་ལྷན་མོ་ནས་སྤྱིང་ཏེ་བཞག་ཤ་
བརྒྱུད་ཅིང་མཐུན་ཏུ་བརྒྱུད་ནས། དོན་འབྲུག་མུག་ཀྱི། གཡས་སྤྱིང་ག་དང་།
གཡོན་སྤྱི་འོག་ཏུ་བརྒྱུད། གཡོན་པའི་ལག་ངར་སྤྱིང་ནས་གཏུད་དོ། །



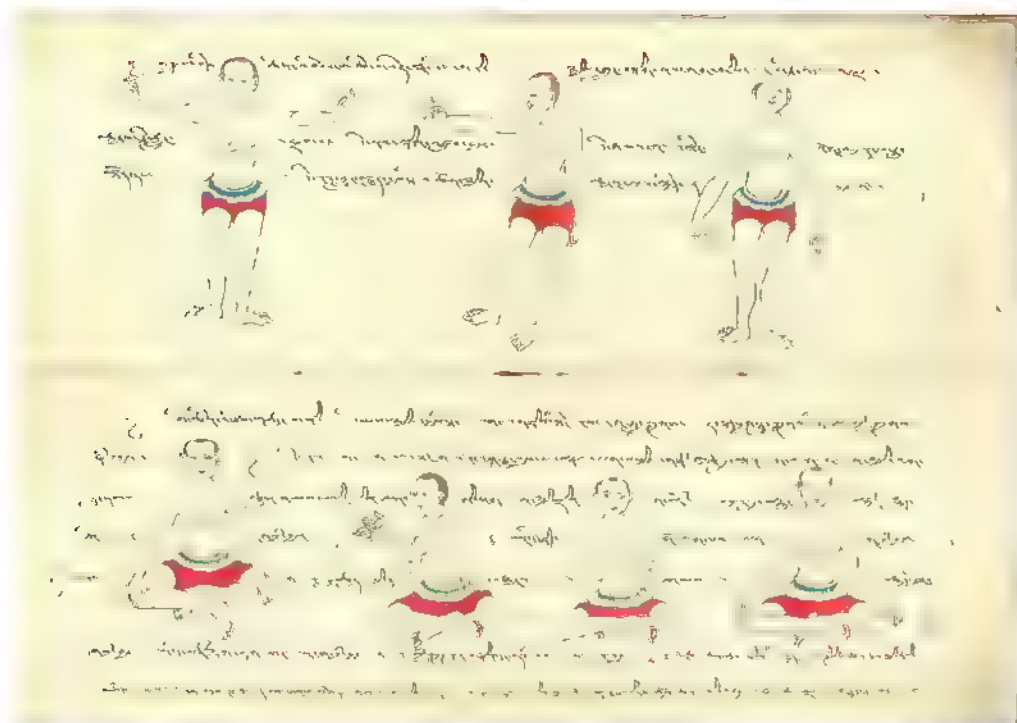
① གཡས་གཡོན་ཁྱིང་པ་ཏུ་མ་གཡས་གཡོན་གཉིས། སྤྱིང་ཁྱིང་ཏུ་མཆོམས་སྤྱིད། འོག་ཅས་པ་མོ་བ།

1 ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་གཡས་དང་། གཡོན་དང་དབུས་དང་སྤྱི་ཕྱོགས་ནས་ཅུང་ཟད་རྒྱ་བ་ལ་བསྐྱེད། དེ་ལན་གསུམ་གསུམ་བསྐྱོར་བ་དང་ལྷན་ཅིག་མིག་གདངས་ཤིང་ཤུགས་བསྐྱེད་པས་ལྷ་སྤངས་ཀྱིས་མིག་ཀྱང་བསྐྱོར་རོ། །

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་ཐལ་མོ་མཇུག་དུ་བརྒྱུད་པ་ལ་བརྒྱུད་ནས་སོར་མོ་བརྒྱ་བསྐྱོར་བ་བྲང་ལ་བཀའ་ནས་བསྐྱོར་མཁུ་གྱུ་མོ་ཕྱིར་སྐྱེད་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་ལན་གསུམ་གསུམ་དུ་གཅུད་པ་དང་། ཡང་ལག་གཉིས་ས་གོ་ན་བྱ་སྤྱི་གཡས་གཡོན་དབུས་གསུམ་དུ་ཁྱོ་པོའི་ལྷ་སྤངས་ཀྱིས་ལྷོ། །

2 ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་ཐལ་མོ་མཇུག་དུ་བརྒྱུད་པ་ལ་བརྒྱུད་ནས་སོར་མོ་བརྒྱ་བསྐྱོར་བ་བྲང་ལ་བཀའ་ནས་བསྐྱོར་མཁུ་གྱུ་མོ་ཕྱིར་སྐྱེད་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་ལན་གསུམ་གསུམ་དུ་གཅུད་པ་དང་། ཡང་ལག་གཉིས་ས་གོ་ན་བྱ་སྤྱི་གཡས་གཡོན་དབུས་གསུམ་དུ་ཁྱོ་པོའི་ལྷ་སྤངས་ཀྱིས་ལྷོ། །

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ལྷ་ལ་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་ཐལ་མོ་མཇུག་དུ་བརྒྱུད་པ་ལ་བརྒྱུད་ནས་སོར་མོ་བརྒྱ་བསྐྱོར་བ་བྲང་ལ་བཀའ་ནས་བསྐྱོར་མཁུ་གྱུ་མོ་ཕྱིར་སྐྱེད་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་ལན་གསུམ་གསུམ་དུ་གཅུད་པ་དང་། ཡང་ལག་གཉིས་ས་གོ་ན་བྱ་སྤྱི་གཡས་གཡོན་དབུས་གསུམ་དུ་ཁྱོ་པོའི་ལྷ་སྤངས་ཀྱིས་ལྷོ། །



1 རྩུང་པ་བདེ་ཆེན་འབེབས་པ་ཆེ་བ་སེར་སྒྲ་སེལ་བ་ནི། སྒྲིལ་ཀྱང་བཤེག་
ནས་ཀག་གིས་ལངས་ཏེ་འདྲོམ་འཇལ་བརྒྱུངས་ཏེ་རྒྱང་འབྲུབ་བྱ། དེ་ནས་ཕྱིག་
འཇུབ་བྱས་ཏེ་གཡས་གཡོན་སྟེང་འོག་མཐུན་རྒྱབ་ཏུ་བསྒྲོར་རོ། །དེ་ནས་རྒྱང་
བསྐྱར་བྱས་ཏེ་མཆོག་སྒྲིབ་བརྒྱུངས་ལུས་སྒྲིབ་པར་བྱ་བའོ། །

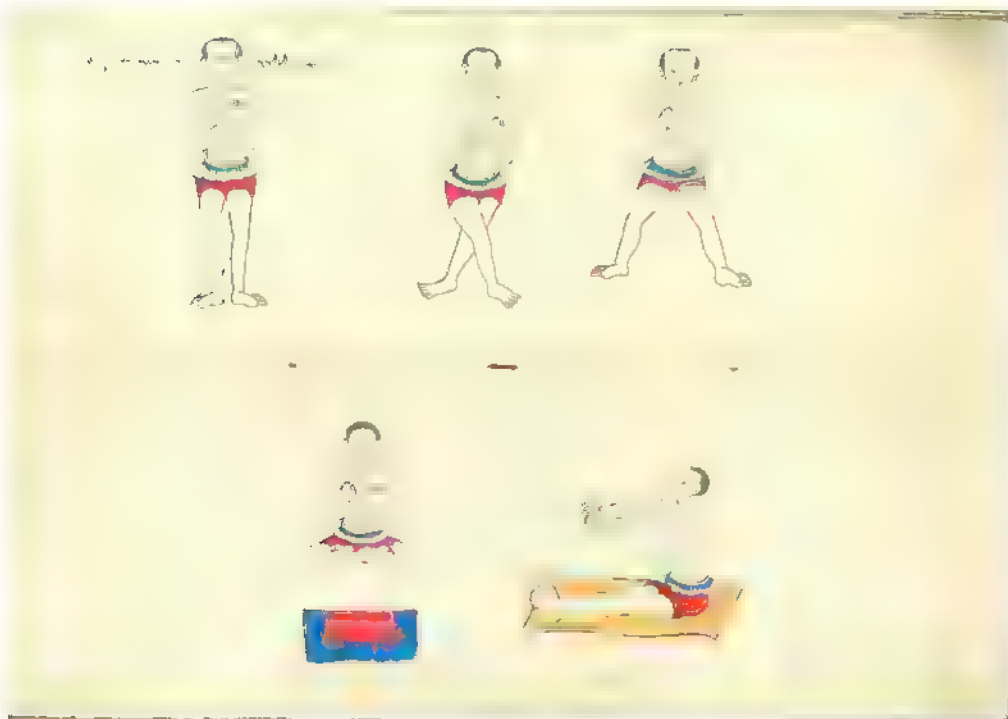
2 རྩུང་པ་བདེ་ཆེན་འབེབས་པ་རྒྱང་བ་ནི། སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ལག་པ་
གཉིས་སྟེང་ནས་འོག་ཏུ་སྒྲུགས། རོ་སྟོང་དག་ཏུ་སྒྲུགས་པ་དེ་ལ་སུམ་སྒྲུགས་ཞེས་
བྱའོ། །

རྩུང་པ་བདེ་ཆེན་འབེབས་པ་རྒྱང་བ་ནི། སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ལག་པ་
གཉིས་སྟེང་ནས་འོག་ཏུ་སྒྲུགས། རོ་སྟོང་དག་ཏུ་སྒྲུགས་པ་དེ་ལ་སུམ་སྒྲུགས་ཞེས་
བྱའོ། །

རྩུང་པ་བདེ་ཆེན་འབེབས་པ་རྒྱང་བ་ནི། སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ལག་པ་
གཉིས་སྟེང་ནས་འོག་ཏུ་སྒྲུགས། རོ་སྟོང་དག་ཏུ་སྒྲུགས་པ་དེ་ལ་སུམ་སྒྲུགས་ཞེས་
བྱའོ། །

གསུམ་བྱ། ཡང་། དེ་བཞིན་གོ་ལྟོག་པ་འང་ལན་གསུམ་བྱ། ཡང་། སུམ་སྤྱགས་
སྤར་བཞིན་དང་བར་འབེབས་ལན་བརྟན་བྱ།

༥ དཔེ་རིས་མཆན་བཅས་འདི་ནི། རྩོམ་སྒྲིབ་མ་ཁིའི་མཆན་ཅན་གྱི་རྩོ་རྩེའི་མཆེད་པོ་མཁས་
གྲུབ་གཉིས་ལྷན་ལྟ་བུ་ཉོར་བན་དགོན་བ་སྤྲ་མ་ཀར་ཡག་ནས་ཕྱག་བྲིས་མཛད་པ་ལས་ཞལ་
བཤུས་པ་ཡིན་ཀྱང་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་རྩོ་བཅུན་ཆེན་པོའི་འབྲུལ་འཁོར་ཆ་འགྲེལ་ལ་གཏུགས་
ཏི་ཕྱག་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་ཞིང་ཅི་ནས་ཁྱོེ། །



ཀའི་ཤེས་པ་ཆུང་ཆུང་ཡི་ཡི་ཤེས་པ་ཆུང་ཆུང་།

- ༡ དཔེས་དོན་བསམ་བཞག་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་པར་ཐོད་པའི་དབྱིབས་ཅན་དཔེ།
- ༢ གསང་འདུས་སྒྲགས་འཁོར། ལྷ་ཡའི་སྒྲགས་འཁོར། བདེ་མཆོག་སྒྲགས་འཁོར། རྩོམ་ཆེ་འཛིགས་བྱེད་སྒྲགས་འཁོར།
- ༣ ཕྱིང་བའི་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་དཔེས་དོན་ལའང་ཉི་ཉིང་ཉུང་མཐར་དེ་རྒྱ་ཡི་ཚུ་ཡིག་རོ་ནང་བསྐྱེད།

གཡས་སྒྲགས་ཆ་གསུམ་གསུམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད།

‡ སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆ་འདབས་སོ་གཉིས་དཀར་པོ་ཁ་འོག་སྒྲགས་གྱི་དབྱས་སྒྲ་གསང་འདུས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོམ།

‡ མགིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆ་འདབས་བཅུ་དྲུག་དམར་པོ་ཁ་གྱེན་བསྐྱེད་དབྱས་སྒྲ་གསུང་མ་རྒྱ་མ་ཡའི་དཀྱིལ་འཁོར།

‡ ཉིང་ག་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆ་འདབས་བཅུད་པ་སྤོན་པོ་ཐད་ཀར་རྒྱང་པའི་དབྱས་སྒྲགས་གྱི་དོན།

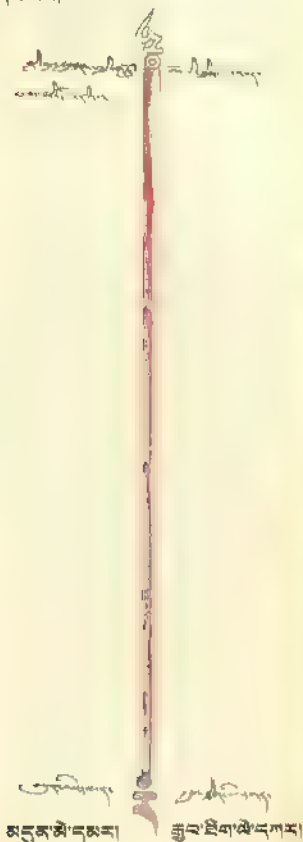
‡ ཉེ་བ་སྤྱུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ཆ་འདབས་རེ་བཞི་མེར་པོ་ཁ་འོག་སྒྲགས་སྤོན། འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་དཀྱིལ་འཁོར།

‡ གསང་གནས་བདེ་སྤྱོད་འཁོར་ལོ་ཆ་འདབས་བཅུ་དྲུག་ལྷང་གྲུ་ཁ་གྱེན་བསྐྱེད་སྤོན་ལས་དོ་ཆེ་འཛིགས་མཛད་དཀྱིལ་འཁོར།

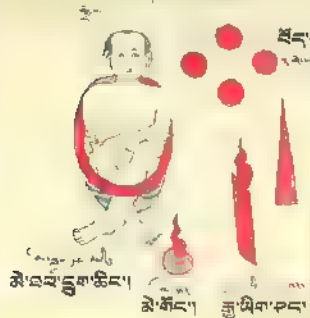


༥ ཤངས་ལྷགས་བདེ་མཆོག་བསྟེན་དམིགས།

ཆེ་ལུ་ལྷ་མ་མཆོད་ཀྱི་གཏུག་མོ་འཇིག་ལེ་འབར་འཇག་
མི་དཔེ་མེ།

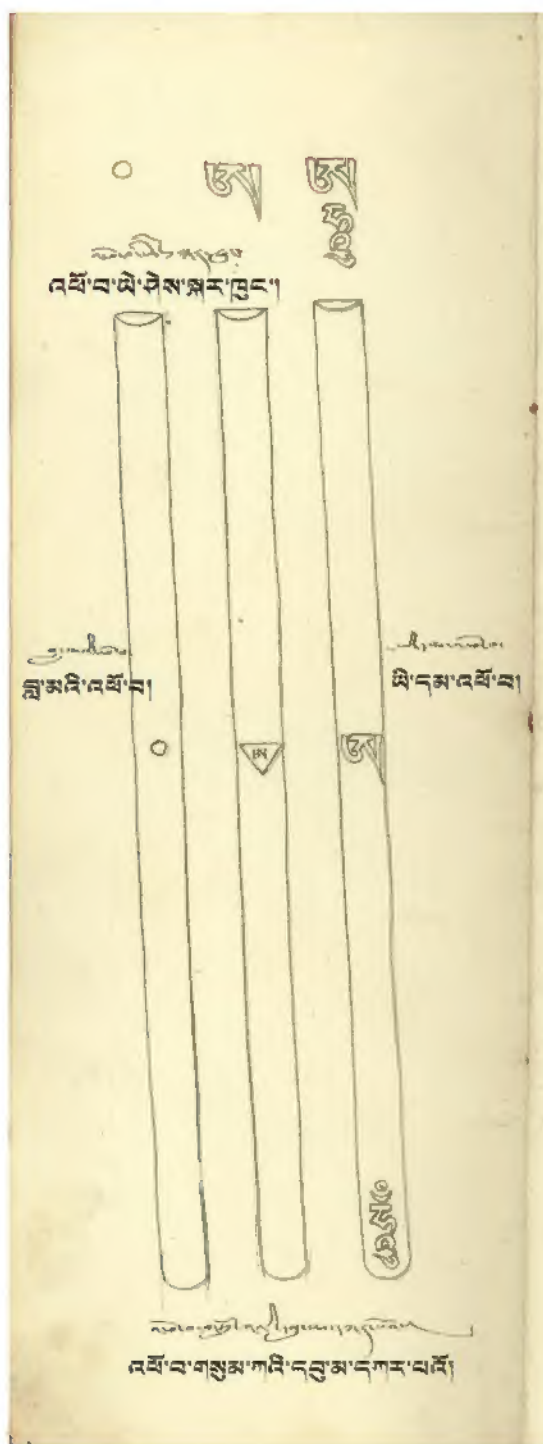


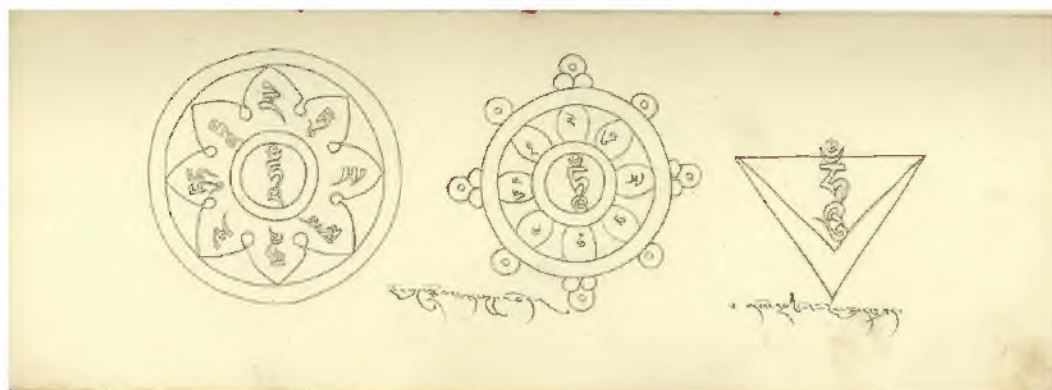
ཆེ་ལུ་ལྷ་མ་མཆོད་ཀྱི་གཏུག་མོ་འཇིག་ལེ་འབར་འཇག་
མི་དཔེ་མེ།



ཆེ་ལུ་ལྷ་མ་མཆོད་ཀྱི་གཏུག་མོ་འཇིག་ལེ་འབར་འཇག་
མི་དཔེ་མེ།







༡ རྩུགས་སྒྲོལ་དཀར་སྒྲགས་འཁོར། ༢ བར་དོ་འཁྱིང་པོ་ལོངས་སྤྱོད་ཤར།



༡ མགོན་པོ་སྒྱིང་ཞུགས་སྐབས་པར་བུམ་སྤྱོད་ཞེས་པའི་དཔེ་རིས།
 ༢ གཏུམ་མོ་རྩྱ་ཞེན་སྐབས། རྒྱང་གི་སྤྱོད་མོ་དཀར་ལྷང་གཤོག་པ་ཅན་གཉིས་ཀྱིས་མཆན་ཁུང་
 གཡས་གཡོན་ནས་བཏེགས་ཏེ།

